

**Maria Reinholdt Jensen**

---

# **Unge livstilfredshed og sammenhengen med sociale relationer og mestring**

Et kvantitativt studie

**Masteroppgave i Sosialt arbeid  
OsloMet – storbyuniversitetet  
Fakultet for samfunnsvitenskap**

## **Abstract**

This task takes a positive perspective on the mental health of young people by focusing on adolescents reported life satisfaction. The purpose has been to investigate the connection between adolescent's satisfaction with life and social and personal resources. More specifically, the task has been to investigate how young people's relationships with parents, peers, school and participation in organized activities are related to their reported life satisfaction. Furthermore, it was a goal to investigate how adolescents' general self-efficacy is related to life satisfaction. In addition, the task was to investigate whether there was a gender difference in reported life satisfaction and whether this gender difference could be related to young people's relationships and coping.

The above relationships have been studied with quantitative data from the Young Data Survey conducted in Asker and Bærum 2017 conducted by the Norwegian Institute for Research on Childhood, Welfare and Aging (NOVA). The study has 11034 respondents from both junior and upper secondary schools in the two municipalities.

The results of the study show that adolescents with good relationships with parents, friends and school report higher levels of life satisfaction. Likewise, the results show that young people who participate in organized activities report higher levels of life satisfaction than young people who do not. This may in particular indicate that young adolescents' participation in sports is associated with high levels of life satisfaction. In addition, self-efficacy can be emphasized as an important personal resource, which is of great importance to young people's reporting of satisfaction with life. The results also show that girls report lower levels of life satisfaction than boys and that some of this gender difference is due to girls reporting lower self-efficacy.

The results contribute to increased knowledge that young people's social relationships and self-efficacy can be understood as health promotion factors. This is important knowledge for social work, in order to initiate measures that can promote adolescents positive mental health.

## Sammendrag

Denne opgave indtager et positivt perspektiv på unges psykiske sundhed ved at fokusere på unges rapporterede livstilfredshed. Formålet har været at undersøge sammenhængen mellem unges tilfredshed med livet og sociale- og personlige ressourcer. Mere specifikt har opgaven haft til hensigt at undersøge, hvordan unges relationer til forældre, jævnaldrende, skole samt deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter har sammenhæng med unges rapporterede livstilfredshed. Videre var det et mål at undersøge, hvordan unges mestningsfølelse har sammenhæng med livstilfredsheden. Derudover havde opgaven til hensigt at undersøge om der var en kønsforskel i rapportering af livstilfredshed og hvorvidt denne kønsforskel kunne have sammenhæng med unges relationer og mestring.

Ovenstående sammenhænge er blevet undersøgt med kvantitative data fra Ungdataundersøgelsen foretaget i Asker og Bærum 2017 udført af Norsk institut for forskning om opvækst, velfærd og aldring (NOVA). Studiet har 11034 respondenter fra både ungdomsskole og videregående skole i de to kommuner.

Studiets resultater viser, at unge med gode relationer til forældre, venner og skole rapporterer om højere livstilfredshed. Ligeledes viser resultaterne, at unge som deltager i organiserede fritidsaktiviteter rapporterer om højere livstilfredshed end unge som ikke gør. Det kan især tyde på at unges deltagelse i idræt er forbundet med høj livstilfredshed. Derudover kan mestring fremhæves som en vigtig personlig ressource, som har stor betydning for unges rapportering af tilfredshed med livet. Resultaterne viser endvidere at piger rapporterer om lavere livstilfredshed end drenge og at noget af denne kønsforskel skyldes, at piger også rapporterer om lavere mestring.

Resultaterne bidrager til øget viden om, at unges relationer og mestring kan forstås som sundhedsfremmende faktorer. Dette er vigtig viden for socialt arbejde, med henblik på at iværksætte tiltag, der kan fremme unges positive psykiske sundhed.

## **Forord**

Jeg vil gerne som det første rette en særlig tak til metodeunderviser på OsloMet og min vejleder, Åsmund Hermansen, for at vække min interesse og nysgerrighed for kvantitativ forskning. Uden hans engagement og begejstring for det kvantitative felt, havde jeg nok aldrig begivet mig i kast med dette studie. Han har gennem hele forskningsprocessen været en dygtig og pædagogisk vejleder og ikke mindst været opmuntrende og støttende.

En stor tak til Ungdata ved NOVA som gav mig mulighed for at bruge disse spændende data om ungdom i Asker og Bærum. Det har været utrolig spændende at få lov at arbejde med så 'friske' og gode data. Derduover har NOVA stillet op med kontorplads og givet mig mulighed for at være en del af et inspirerende, engagerende og inkluderende forskningsmiljø. Det har alt sammen påvirket til at gøre skriveprocessen til en positiv oplevelse.

Ikke mindst en stor tak til Mira Aaboen Sletten, forsker ved Ungdata ved NOVA. Hun har som underviser i Ungdataværkstedet givet mig en større forståelse for at arbejde med kvantitative data, hvilket har været afgørende for at arbejdet med denne masteropgave har været en god oplevelse. Hun har gennem hele skriveprocessen været engageret og har altid taget sig tid til at hjælpe og svare på spørgsmål.

Også en stor tak til medstuderende for støttende snakke og ikke mindst hyggelige stunder. Det har været motiverende at være i denne proces sammen med jer og jeg er så taknemmelig for at I har været der hele vejen i gennem.

Jeg vil også gerne rette en tak til min kæreste for at stille ekstra op i denne tid. Han har i høj grad bidraget til at jeg har kunne fokusere på at skrive denne masteropgave og samtidig passe på mig selv og ikke mindst vores kommende datter.

Oslo, 15. maj 2018

Maria Reinholdt Jensen

## **Figuroversigt**

**Figur 1:** Social kapital model

**Figur 2:** Residualdiagram for homoskedasitet

**Figur 3:** Histogram for residualerne i de uafhængige variable

**Figur 4:** Residualerne sammenlignet med normalfordelingen

**Figur 5:** Spredningsdiagram om linearitet

## **Tabeloversigt**

**Tabel 1:** Beskrivende statistik for den afhængige variabel

**Tabel 2:** Deskriptiv oversigt af fordelingen af alle uafhængige variabler på den afhængige variabel (krydstabel)

**Tabel 3:** Korrelationstabel med alle variabler (Pearsons  $r$ )

**Tabel 4:** Hierarkisk multippel lineær regressionsanalyse

# Indholdsfortegnelse

Abstract

Sammendrag

Forord

Figuroversigt

Tabeloversigt

<b>1. Indledning</b> .....	<b>1</b>
<b>2. Fra patologi til positiv psykologi</b> .....	<b>3</b>
2.1. Sociale og personlige ressourcer i ungdommen .....	4
<b>3. Social kapital som teoretisk referenceramme</b> .....	<b>9</b>
3.1. Ungdom, psykisk sundhed og social kapital .....	10
3.2. Stærke og svage sociale bånd .....	11
3.3. Social kapital og samspil mellem unges sociale arenaer.....	13
3.4. Strukturel og funktionel social kapital .....	15
3.5. Social kapital og mestring .....	16
<b>4. Formål og hypoteser</b> .....	<b>18</b>
4.1. Operationelle definitioner.....	18
4.2. Hypoteser .....	20
<b>5. Data og metode</b> .....	<b>22</b>
5.1. Ungdata .....	22
5.2. Konstruktion af variabler .....	23
5.2.1. Afhængig variabel: tilfredshed med livet.....	23
5.2.2. Uafhængige variabler: relationer, organiserede fritidsaktiviteter og mestring.....	24
5.2.3. Baggrundsvariabler: køn, klassetrin og socioøkonomisk baggrund.....	30
5.3. Dataanalyse .....	32
5.4. Vurdering af studiets kvalitet .....	37
5.4.1. Reliabilitet .....	37
5.4.2. Begrebsvaliditet.....	38
5.4.3. Ekstern validitet.....	41
5.5. Ethiske overvejelser .....	42

<b>6. Resultater .....</b>	<b>43</b>
6.1. Univariat analyse.....	43
6.2. Bivariat analyse .....	44
6.3. Lineær multippel regressionsanalyse .....	49
<b>7. Diskussion .....</b>	<b>52</b>
7.1. Fund og hypoteser .....	52
7.2. Et forebyggende og sundhedsfremmende perspektiv på psykisk sundhed .....	55
7.3. Sundhedsfremmende arbejde og social kapital i en social faglig kontekst.....	55
7.4. Begrænsninger for studiet .....	60
7.5. Forslag til videre forskning .....	62
<b>8. Konklusion .....</b>	<b>63</b>
<b>Litteraturliste.....</b>	<b>64</b>
<b>Bilag 1: Tabeller .....</b>	<b>71</b>



## 1. Indledning

Nye tal fra Ungdataundersøgelsen viser en markant stigning af unges dårlige psykiske sundhed. De unge rapporterer om depressive plager, stress og ensomhed. En tendens som har pågået de sidste årtierne og særligt blandt unge piger (Bakken, 2017). Dette er bekymrende både for den enkelte unge og for samfundet generelt, og derfor er der alt mulig grund til at rette blikket mod unges psykiske sundhed.

*”Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.”* (World Health Organization, 2018)

WHO definerer psykisk sundhed som en komplet oplevelse af trivsel og dermed mere end bare udeblivelsen af sygdom. Et perspektiv som også aftegnes i regeringens nye strategi *’Mestre hele livet – Regjeringens strategi for god psykisk helse (2017-2022)’*, (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017), hvor et sundhedsfremmende fokus på psykisk sundhed er udgangspunktet. En position, der også findes i andre internationale strategier (World Health Organization, 2013, 2015).

Dette syn på psykisk sundhed tager afstand fra en patologisk tilgang, hvor lidelse, risiko og sygdom er i fokus, og har i stedet den positive psykologi som udgangspunkt. Man er interesseret i at undersøge, hvad der fremmer *den positive psykiske sundhed* med vægt på livskvalitet, mestring og trivsel. Denne opgave tager sit udgangspunkt i dette perspektiv og har til formål at undersøge, hvad der fremmer unges rapporterede livstilfredshed. Mere specifikt vil opgaven forsøge at identificere sammenhænge mellem unges generelle livstilfredshed og sociale- samt personlige ressourcer. Derudover vil der også undersøges, hvorvidt kønsforskelle, alder og socioøkonomisk baggrund kan spille en rolle for ovenstående sammenhænge.

I dag er den almene forståelse, at mennesket er et socialt og aktivt handlende væsen, der er afhængigt af sociale relationer for at udvikle god fysisk og psykisk sundhed (Bø & Schiefloe, 2007; Zachariae, 2008). I den forbindelse har teori om *social kapital* udviklet sig som et vigtigt og populært analytisk redskab i samfundsvidenskaberne. På trods af teoriens popularitet og udbredelse de seneste årtier understreges det, at der fortsat er mangel på viden om social kapital og dets sammenhæng med unges trivsel (Bassani, 2007). Det har givet anledning til at benytte aspekter af social kapital teori som inspiration til den analytiske indfaldsvinkel i denne opgave.

Pierre Bourdieu (1986), James Coleman (1988) og Robert Putnam (1993, 2000) regnes for ophavsmændene bag social kapital teori, men der eksisterer en mangfoldighed af definitioner

og forståelser af begrebet (Halpern, 2005). Denne opgave lader sig inspirere af enkelte teoretiske dimensioner af social kapital og tager udgangspunkt i en bred og overordnet forståelse, idet social kapital forstås som *individets mulighed for at sikre sig fordele ved deltagelse i netværk* (Portes, 1998, s. 6). Mere specifikt vil unges livstilfredshed undersøges ud fra deres adgang til ressourcer og fordele på følgende sociale arenaer: relationer til forældre og jævnaldrende, skolen og organiserede fritidsaktiviteter – centrale arenaer for de fleste unge (Sletten & Bakken, 2016).

*Mestringsfølelse* kan betragtes som en personlig egenskab – en ressource – der i følge Albert Bandura er afgørende for den enkeltes tiltro til at takle modstand (Bandura, 1997). En vigtig egenskab i ungdommen, da man i denne periode af livet kan opleve at stå over for mange nye udfordringer (Caprara, Barbaranelli, Pastorelli & Cervone, 2004). I et samfundsperspektiv, hvor den øgede individualisering er kendetegnende og hvor den enkelte i langt højere grad har ansvar for at forme sit liv efter eget ønske, (Ileris, Katznelson, Nielsen, Sørensen & Simonsen, 2009) kan det være aktuelt og ikke mindst interessant at undersøge, hvordan unges mestringsfølelse har sammenhæng med livstilfredsheden. Af den grund vil denne opgave undersøge, hvordan unges selvrapporterede mestringsfølelse kan have sammenhæng med deres opfattede livstilfredshed.

For at undersøge ovenstående benyttes kvantitative data fra ungdataundersøgelsen fra Bærum og Asker kommune foretaget i år 2017. Ungdataundersøgelsen gennemføres i de fleste norske kommuner og er et samarbejde mellem NOVA og KoRus (regionale kompetencesentre innen rus). Antallet af respondenter udgør 11034 unge fra både ungdomsskole og videregående skole i de to kommuner.

Opsummeringsvis har opgaven til formål at undersøge, hvordan både sociale og personlige faktorer har sammenhæng med unges selvrapporterede livstilfredshed, og hvorvidt der er forskelle på tværs af køn, alder og socioøkonomisk baggrund. Målsætningen er at bidrage til øget viden om, hvad der kan fremme god trivsel og livstilfredshed blandt unge og dermed bidrage til, at de aktuelle kommuner får mulighed for at kunne iværksætte sundhedsfremmende tiltag<sup>1</sup>. Viden, der også er central for socialt arbejde, da denne profession blandt andet arbejder for at fremme menneskers trivsel (Levin, 2004) .

---

<sup>1</sup> «Program for folkehelsearbeide i kommunene 2017- 2027. En satsing for å fremme barn og unges psykiske helse og livskvalitet» (Helsedirektoratet, 2017). Denne er en tiårig satsning med henblik på at udvikle kommunernes arbejde med at fremme befolkningens sundhed og livskvalitet, hvor barn og unge er en prioriteret målgruppe.

I følgende kapitel vil der blive gennemgået tidligere forskningsresultater om unges livstilfredshed og sammenhængen med sociale relationer og mestring. I kapitel 3 præsenteres dimensioner af social kapital teori, der udgør opgavens teoretiske referenceramme. I kapitel 4 drøftes operationaliseringer af de teoretiske begreber og opgavens hypoteser præsenteres. Kapitel 5 behandler data og metode for opgaven. Først uddybes konstruktionen af opgavens variabler. Dernæst præsenteres hvilke analysemetoder der er udført og til slut i kapitlet drøftes studiets kvalitet og etiske overvejelser. I Kapitel 6 redegøres der for resultaterne af analyserne og disse drøftes og diskuteres i opgavens 7. kapitel.

## 2. Fra patologi til positiv psykologi

Psykologen Martin Seligman introducerede *den positive psykologi* som en ny retning inden for psykologien i slutningen af 1990'erne. Han ønskede at lave et opgør med det ensidige fokus på psykiske lidelser og sygdom, der indtil da havde hersket inden for faget. Han ønskede med den positive psykologi at sætte fokus på positive fænomener og på det gode liv (Nørby & Myszak, 2008).

Hvordan fremmes den gode psykiske sundhed? Hvordan opnås et godt liv? De sidste tyve år har disse spørgsmål været udgangspunktet for empirisk forskning, der har givet muligheder for at opnå et mere helhedsorienteret billede af den menneskelige psyke (Nørby & Myszak, 2008). Grundet retningens relative nye ophav, findes der fortsat begrænset med forskning inden for dette felt sammenlignet med det patologiske felt (E. Scott Huebner, 2004), og der er derfor rig mulighed for at videreudforske, hvad der fremmer menneskets positive psykiske sundhed <sup>2</sup>.

I den positive psykologi er *'tilfredshed med livet'* (fra engelsk: life satisfaction) en vigtig term og konstruktion i jagten på at forstå og indfange menneskets positive sundhed (Proctor, Linley & Maltby, 2009). Livstilfredshed er valgt i denne opgave med henblik på at indfange unges positive psykiske sundhed. Nedenstående uddrag understøtter valget om at benytte livstilfredhedsmål, da det er i tråd med WHO's definition af sundhed som mere end bare udeblivelsen af sygdom: "Life satisfaction measures are also consistent with an expanded interest in defining and measuring health, including mental health, as more than simply the absence of psychopathological symptoms" (E. Scott Huebner, 2004, s. 5).

---

<sup>2</sup>Jeg benytter 'positiv psykisk sundhed' på baggrund af det engelske begreb 'well-being'. Et begreb, der i international faglitteratur forstås på mange forskellige måder. Livstilfredhedsmål er en af de mest benyttede, når well-being skal kortlægges (Helsedirektoratet, 2015).

Der findes flere definitioner og måder at indfange livstilfredsheden på i forskning (Suldo & Huebner, 2004). Denne opgave baserer sin forståelse af livstilfredshed på unges *generelle rapportering af tilfredshed med livet*. (fra engelsk: global life satisfaction). Det vil sige, at livstilfredsheden undersøges på baggrund af unges subjektive vurdering af tilfredsheden med deres liv som helhed (Suldo & Huebner, 2004). Denne generelle vurdering er således *kontekstfri*, da den måles ud fra en generel eller global vurdering og adskiller sig fra at måle tilfredshed med livet ud fra specifikke kontekster, for eksempel tilfredshed med skolen, venner eller familien. Hermed står respondenten frit til selv at udlede sit svar baseret på egne unikke kriterier og ikke ud fra forskerens pålagte kriterier (E. Scott Huebner, 2004).

Det er relevant at pointere, at der findes betydelig mindre forskning om unges tilfredshed med livet sammenlignet med studier af voksnes tilfredshed med livet (Burger & Samuel, 2017; E. S. Huebner, Gilman & Ma, 2012; Suldo & Huebner, 2004). Det er derfor aktuelt at søge yderligere viden inden for dette tema; ikke mindst i en norsk kontekst. En oversigtsartikel om unges livstilfredshed gør det klart, at langt størstedelen af studier foretaget om unges tilfredshed med livet har ophav i Nordamerika (Proctor et al., 2009).

## **2.1. Sociale og personlige ressourcer i ungdommen**

Tidligere forskning har vist, at både sociale- og personlige ressourcer er af afgørende betydning for unges generelle trivsel og oplevede tilfredshed med livet (Danielsen, Samdal, Hetland & Wold, 2009; Oberle, Schonert-Reichl & Zumbo, 2011). Videre argumenteres der for, at en integreret tilgang, hvor sociale og personlige ressourcer implementeres i samme studie, øger muligheden for at forstå unges positive sundhed (Oberle et al., 2011). Af den grund vil både sociale- og personlige ressourcer inddrages som variabler i denne opgave.

Som beskrevet indledningsvist vil de unges tilgang til fordele og ressourcer ansues med udgangspunkt i deres relationer til forældre, jævnaldrende og skolen samt til deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter. Disse udgør centrale sociale arenaer for mange unge (Sletten & Bakken, 2016) og betragtes derfor i denne opgave som vigtige arenaer for adgang til sociale ressourcer og fordele i denne alder.

Mestringsfølelse som personlig ressource er i flere studier blevet relateret til unges livstilfredshed (Gilman & Huebner, 2003). Mestring forstås i denne opgave ud fra det engelske begreb 'self-efficacy'. Psykologen Albert Bandura, der anses for at være ophavsmand til begrebet (Leganger, Kraft & Røysamb, 2000) beskriver det på følgende måde: "Perceived self-

efficacy is not a measure of the skills one has but a belief about what one can do under different sets of conditions with whatever skills one possesses” (Bandura, 1997, s. 37). Ud fra dette kan mestring forstås som egen tiltro til at klare vanskelige situationer. Både i en samfundskontekst, hvor unge kan opleve høje krav og pres som konsekvens af den øgede individualisering (Ileris et al., 2009) og i en udfordrende ungdomstid, kan mestringsfølelsen fremstå som en vigtig personlig ressource, hvilket gør det interessant at inddrage den som variabel i dette forskningsstudie af unge.

I det følgende præsenteres tidligere forskningsresultater, der har undersøgt sammenhængen mellem unges livstilfredshed, relationer i sociale arenaer og mestringsfølelse. Opgavens hypoteser er udformet med udgangspunkt i disse tidligere forskningsresultater og bliver præsenteret i sektion 4.2.

### *Forældre og jævnaldrende*

I to oversigtsartikler, hvor en række studier om børn og unges tilfredshed med livet gennemgås, viser flere forskningsresultater at unges rapporterede livstilfredshed har sammenhæng med positive relationer til forældre og jævnaldrende (Gilman & Huebner, 2003; Proctor et al., 2009). Social støtte fra både forældre og venner er af afgørende betydning for unges positive psykiske sundhed, men samtidig viser forskningsresultater at unges behov for social støtte fra henholdsvis forældre og jævnaldrende kan variere over tid (Proctor et al., 2009). Nogle studier finder, at støttende og gode relationer til forældre er af større betydning for unges oplevede tilfredshed med livet end relationer til jævnaldrende, mens andre studier finder det modsatte (Proctor et al., 2009).

De unges alder kan antages at have en betydning i denne henseende, da unges øgede autonomi og selvstændighed i løbet af ungdomsårene kan medføre at nærheden til forældrene aftager, mens relationer til jævnaldrende får større betydning (Proctor et al., 2009). Omvendt viser nye tal fra Ungdataundersøgelsen 2017, at størstedelen af Norges unge har et tillidsfuldt og godt forhold til deres forældre – dette gælder også unge i slutningen af teenageårene. Det er især værd at bemærke, at antallet af unge, der er tilfredse med deres forældre er steget over tid (Bakken, 2017). Samme billede fremlægges i artiklen ”*Generasjonskløfta som forsvant – et ungdomsbilde i endring*” (Tormod & Viggo, 2014), hvor det konkluderes, at relationen mellem unge og voksne i dag er præget af en mere positiv, nær og dialogisk relation end tidligere.

### *Skole og organiseret fritid og idræt*

At opleve at høre til i skolen kan betragtes som en central faktor for unges trivsel og selvrapporterede livstilfredshed (Oberle et al., 2011). Denne antagelse støttes op af et norsk studie, der fandt at unges tilfredshed med skolen var direkte relateret til unges generelle tilfredshed med livet (Danielsen et al., 2009). Tilsvarende fandt et australsk studie, at et lav tilhørsforhold til skolen havde sammenhæng med udbredelsen af depressive symptomer, hvilket understøtter antagelsen af, at unge som oplever at høre til i skolen kan fremme den enkelte unges psykiske sundhed (Shochet, Dadds, Ham & Montague, 2006).

Relationen mellem elev og lærer kan være af stor betydning for, at den unge trives på skolen. At den unge føler, at læreren er interesseret i den unge som person og bryder sig om den unge er i et norsk studie positivt relateret til chancerne for at føle sig glad (Natvig, Albrektsen & Qvarnstrøm, 2003).

Der eksisterer således klare fund, der viser tydelige sammenhænge mellem unges skoletrivsel og livstilfredshed. Det er dog interessant at pointere, at man ofte kan finde en stærkere sammenhæng mellem unges livstilfredshed og *selvvalgte aktiviteter* – i modsætning til skolen, som kan karakteriseres som en tvungen aktivitet (Danielsen et al., 2009). Det kan hænge sammen med, at børn og unges engagement og motivation for deltagelse stiger, når det er aktiviteter, de vælger frivilligt (Universitetet i Bergen, 2016). Unges deltagelse i aktiviteter kan være en arena, der kan promovere et trygt miljø for unge samt give mulighed for, at de udvikler positive relationer til både andre unge og til voksne. Det kan også være en arena, hvor unge får mulighed for at opbygge færdigheder og kundskaber, der kan være positive for deres udvikling (Simpkins, 2015). Dette understøttes af flere studier, der har fundet positive sammenhænge mellem unges trivsel, livstilfredshed samt psykiske sundhed og selvvalgte aktiviteter (Hansen, Sund, Knudtsen, Krokstad & Holmen, 2015; Maton, 1990; Oosterhoff, Kaplow, Wray-Lake & Gallagher, 2017).

Resultater fra Ungdataundersøgelsen viser, at andelen af unge der er medlem i frivillige organisationer har været faldende de sidste årtier, men ikke inden for den organiserede idræt. Her har antallet af medlemmer holdt sig konstant (Bakken, 2017). Denne tendens har medført

at dette studie ser på unges organiserede fritidaktiviteter og organiserede idræt som to separate variabler<sup>3</sup>.

Ovenstående forskningsresultater har påvist sammenhænge mellem unges livstilfredshed, relationer og netværk. I det næste vil mestring som personlig ressource være i fokus og forskningsresultater om sammenhængen med livstilfredshed og relationer præsenteres.

### *Mestring*

I teori om mestring og i tidligere forskning opererer man med to definitioner: *generel mestring* og *specifik mestring*<sup>4</sup>. Den generelle mestring refererer til en persons generelle tillid til at håndtere forskellige stressede situationer i bred forstand. Den specifikke forståelse af mestring begrænser sig til at forstå mestring som en persons tillid til at takle en specifik opgave ved hånden (Luszczynska, Gutiérrez-Doña & Schwarzer, 2005). Denne opgave vælger at se på mestring i bred forstand og dermed forholde sig til det generelle mestringsbegreb.

Den generelle mestring er i flere studier blevet relateret til unges tilfredshed med livet. I et norsk studie fandt man en positiv sammenhæng mellem 13-15 årige elevers generelle mestringsfølelse og deres tilfredshed med livet (Danielsen et al., 2009). Et andet ældre norsk studie fandt samme tendens, hvor høj mestringsevne var positiv forbundet med elevers glæde (Natvig et al., 2003). I en international artikel fandt man ligeledes at høj mestringsfølelse var relateret til høj livstilfredshed i alle fem lande, som var en del af undersøgelsen (Luszczynska et al., 2005). Samme tendens fandt man i et kinesisk studie (Zhou, 2014), hvor begrebet *positiv psykologisk kapital*<sup>5</sup> (mestring udgør en vigtig dimension af begrebets definition) havde sammenhæng med respondenternes psykiske sundhed og trivsel. Jo flere positive psykologiske ressourcer – herunder mestring – jo højere grad af psykisk sundhed og trivsel.

Sidstnævnte studie fandt, at positiv psykologisk kapital også havde sammenhæng med respondenternes rapporterede sociale støtte. Resultaterne viste, at respondenternes sociale støtte influerer på den psykiske sundhed gennem positiv psykologisk kapital (Zhou, 2014). Med andre

---

<sup>3</sup> Også med tanke på at næste års Ungdatakonference har *idræt* som tema, finder jeg det interessant at holde organiseret idræt og anden organiseret fritid adskilt og undersøge, om der er forskelle mellem de to variabler i forhold til unges livstilfredshed.

<sup>4</sup> Fra engelsk: 'generel self-efficacy' og 'specific self-efficacy'.

<sup>5</sup> Positiv Psykologisk kapital bliver også refereret til som 'PsyCap'. Positiv psykologisk kapital defineres som bestående af fire elementer: mestring, håb, optimisme og resiliens (Zhou, 2014)

ord tyder dette resultat på, at social støtte kan ses som en vigtig forudsætning for udvikling af blandt andet mestring og dermed for den psykiske sundhed.

### *Baggrundsvariabler: Køn, alder og socioøkonomisk baggrund*

Som nævnt indledningsvist er der kønsforskelle i rapporteringen af unges psykiske problemer, hvor flere piger end drenge rapporterer om ensomhed, stress og depressive plager (Sletten & Bakken, 2016). I forskning om tilfredshed med livet ses der også en tendens til kønsforskelle. Et portugisisk studie fandt, at mandlige studerende rapporterede om højere livstilfredshed end kvindelige (Neto, 1993). Samme tendens fandt en norsk undersøgelse (Universitetet i Bergen, 2016). Den norske undersøgelse fandt også, at ældre piger (her piger i VG1) i mindre grad rapporterede om høj tilfredshed med livet sammenlignet med piger i ungdomskolen, mens denne procentandel var stabil for drenge på tværs af alder.

I rapporteringen af generel mestring ses der i nogen studier også en tendens til kønsforskelle, hvor mænd rapporterer om højere generel mestringsfølelse end kvinder (Leganger et al., 2000; Schwarzer, Bäbler, Kwiatek, Schröder & Zhang, 1997).

I familier med dårlig økonomi og hvor forældrene har lav uddannelse finder man et højere niveau af psykiske problemer blandt børn og unge (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017). Et europæisk studie viser samme mønster, idet man fandt at familiens socioøkonomiske baggrund havde betydning for unges selvrapporterede livskvalitet (Von Rueden, Gosch, Rajmil, Bisegger & Ravens-Sieberer, 2006). Samme sammenhæng mellem lavere socioøkonomisk baggrund og lavere rapporterede livstilfredshed fandt man i et amerikansk studie (Ash & Huebner, 2001).

Forskningsresultaterne, der er blevet præsenteret i det foregående, viser at unges livstilfredshed i høj grad har sammenhæng med deres relationer til forældre og jævnaldrende, trivsel på skolen og aktiviteter i fritiden. Også unges mestringsfølelse viser sig at have indflydelse på unges livstilfredshed og det kan tyde på at piger rapporterer om lavere mestring end drenge. Derudover tyder det på, at også flere piger rapporterer om lavere livstilfredshed end drenge, og at dette stiger med alderen. Unge, der kommer fra familier med lavere socioøkonomisk baggrund, ser ud til at rapportere om lavere livstilfredshed end andre unge.

Der er således tydelige indikationer på, at unges sociale liv har sammenhæng med deres livstilfredshed. Det teoretiske begreb *social kapital* præsenteres i følgende kapitel med henblik på at forstå og indfange ovenstående sammenhænge i en teoretisk referenceramme.



### 3. Social kapital som teoretisk referenceramme

“(...) *social capital stands for the ability of actors to secure benefits by virtue of membership in social networks or other social structures*” (Portes, 1998, s. 6).

Ovenstående citat er i denne opgave valgt som en overordnet forståelse og definition af social kapital<sup>6</sup>. En forståelse, der giver mulighed for at rette opmærksomheden mod de *positive* sider ved unges sociale relationer og deltagelse i sociale fællesskaber. Dette er relevant i forhold til opgavens hovedformål, der handler om at undersøge sammenhængen mellem unges positive psykiske sundhed i form af livstilfredshed og deres relationer i forskellige sociale arenaer. Social kapital bruges som teoretisk referenceramme for at undersøge og indfange denne sammenhæng nærmere.

Som oftest bliver social kapital forbundet til følgende tre teoretikere: *Robert Putnam* (1993, 2000), *Pierre Bourdieu* (1986) og *James Coleman* (1988). De har været med til at udvikle og sætte begrebet på dagsordenen inden for den akademiske verden (Halpern, 2005). *Robert Putnam*, amerikansk professor i statsvidenskab, definerer social kapital som træk i samfundet, der fremmer handlinger og samarbejde til fællesskabets bedste (Haug & Horverak, 2009). Han har med dette perspektiv været mest optaget af den kollektive betydning af social kapital på et samfundsniveau. Det vil sige, at han er optaget af, hvordan engagement blandt civile får betydning for økonomisk og politisk stabilitet på *nationalt niveau* (Haug & Horverak, 2009).

Den franske sociolog *Pierre Bourdieu* opererer med tre fundamentale former for kapital: økonomisk, kulturel og social kapital (Halpern, 2005). Han har et magtperspektiv, da han er optaget af, hvordan kapitaltyperne interagerer med bredere strukturer i samfundet og reproducerer sociale uligheder blandt folk (Morrow, 1999; Portes, 1998).

*James Coleman*, amerikansk sociolog, definerer social kapital som et sæt af ressourcer, der eksisterer i familierelationer og i samfundets sociale organisering og som har betydning for blandt andet den kognitive og sociale udvikling af børn og unge mennesker (Haug & Horverak, 2009). Han er den af de tre teoretikere som har været mest optaget af unge, men ingen af de tre teoretikere har et egentlig børne – eller ungdoms perspektiv<sup>7</sup> (Haug & Horverak, 2009).

---

<sup>6</sup> Den amerikanske sociolog Alejandro Portes viser i sin artikel: «*Social capital: Its origins and applications in modern sociology*» til en øgende enighed i faglitteraturen til denne forståelse af social kapital (1998, s.6).

<sup>7</sup> Forstået på den måde, at børn og unge betragtes som passive modtagere af social kapital og ikke som aktive deltagere og samhandlende subjekter (Haug & Horverak, 2009).

Selvom de tre teoretikere anses for ophavsmænd til social kapital, så eksisterer der en bred vifte af definitioner og forskellige forståelser af social kapital som begreb og teori (Halpern, 2005). I den forbindelse er det relevant at påpege, at denne opgave lader sig *inspirere* af social kapital teori i arbejdet med operationaliseringer af variabler. Da social kapital er en sammensat og flersidig størrelse (Norges forskningsråd, 2005) vil opgavens operationalisering af begrebet ikke indfange alle dimensioner af teorien. Hvorfor social kapital som teori kan være relevant som teoretisk referanceramme for denne opgave vil drøftes i følgende afsnit. Videre uddybes de teoretiske elementer af social kapital, som denne opgave gør brug af.

### **3.1. Ungdom, psykisk sundhed og social kapital**

Der er et stigende fokus på og bevidsthed om, at unges sociale netværk spiller en vigtig rolle for sundhed og trivsel (Bassani, 2007).

Social capital, the product of social relationships (such as trust, loyalty, security, self-confidence) that youths have within such groups as the family, school, and other community organizations, is believed to play a major role in the development of well-being. (Bassani, 2007, s. 17)

Forskningsresultater, der påviser sammenhænge mellem unges positive psykiske sundhed og deres relationer og deltagelse i sociale arenaer, blev præsenteret i sektion 2.1 og understøtter ovenstående uddrag. Samtidig understreges det, at der fortsat er mangel på viden om social kapital og dets sammenhæng med unges trivsel på trods af teoriens popularitet og udbredelse de seneste årtier (Bassani, 2007). Jeg finder det derfor relevant at lade social kapital udgøre den teoretiske referenceramme med henblik på at kunne bidrage yderligere til at forstå på hvilken måde denne sammenhæng opstår.

Social kapital er et fænomen, som har betydning på flere niveauer i samfundet. Det betyder at teorien kan bruges som indgangsvinkel på tre analyseniveauer: mikro-, meso- og makroniveau (Norges forskningsråd, 2005). Mikroniveauet kan forstås som det individuelle niveau og kan betragtes som en persons helt nære relationer, såsom familie. Mesoniveau kan i social kapital teori forstås som på lokal – eller organisationsniveau. Dette kan for unge dreje sig om deltagelse i aktiviteter. Sidste niveau, makroniveauet, omfatter analyser af social kapital på samfundsniveau og kan dreje sig om tillidsniveauet eller graden af social kontrol i et samfund. Social kapital som analyseredskab kan således bruges i forskellige kontekster – alt fra den nærmeste familie til hele nationen (Halpern, 2005).

Da denne opgave har som formål at undersøge sammenhængen mellem unges livstilfredshed og deres deltagelse på sociale arenaer, afgrænses analyseniveauet til at udgøre mikro – og mesoniveau. På mikroniveau undersøges unges deltagelse i familien og deres venskaber med jævnaldrende. Mesoniveauet udgør unges relation til skolen og deres deltagelse i organiserede aktiviteter i fritiden<sup>8</sup>. Denne afgrænsning baserer sig på argumentet om, at disse er vigtige sociale arenaer for unge – arenaer, hvor unge opholder sig og har mulighed for at danne relationer og indgå i netværk og dermed *give dem adgang til fordele og ressourcer*.

Næste del af teorikapitlet vil belyse teoretiske dimensioner af social kapital som er relevant for at indfange, hvordan social kapital kan være forbundet til unges livstilfredshed på ovenstående sociale arenaer.

### **3.2. Stærke og svage sociale bånd**

Putnam skelner mellem to typer af social kapital i sin teori – *bonding* og *bridging*. Social kapital som *bonding* refererer til sociale enheder, der er indadvendte og afgrænsende mens social kapital af typen *bridging* skabes i netværk præget af åbenhed og som er mere udadvendte (Norges forskningsråd, 2005). Putnams begrebspar kan være aktuelt at anvende i denne opgave med henblik på at undersøge, hvilke typer af netværk og relationer den unge har, og hvordan disse kan have sammenhæng med unges positive psykiske sundhed. Putnams begrebspar er udgangspunkt for at snakke om unges *stærke og svage sociale bånd*.

I sociale fællesskaber eller sociale netværk, som kan karakteriseres som lukkede eller indadvendte (af typen *bonding*), har medlemmer *stærke sociale bånd*. Det betyder, at medlemmer er knyttet tæt sammen og har en nær relation. Familie eller nære venskaber er eksempler på denne type sociale strukturer, hvor stærke bånd mellem medlemmerne er kendetegnende (Bø & Schiefloe, 2007). Unge, der oplever at have stærke bånd med familie og venner, kan drage nytte af social kapital i form af støtte og bistand i situationer, hvor den unge har behov for dette. Når unge oplever at være i sociale strukturer, der er præget af stærke sociale bånd, kan det give dem en følelse af at høre til samt mulighed for at få bekræftet deres identitet (Bø & Schiefloe, 2007). Stærke sociale bånd kan derfor spille en afgørende rolle for den unges følelsesmæssige sundhed (Halpern, 2005).

---

<sup>8</sup> Dette skel mellem mikro- og mesoniveau er ikke klart afgrænset, idet skolen og fritidsaktiviteter i nogen sammenhænge også kan ses som mikroniveau, hvor unge kan udvikle tætte venskaber.

I den akademiske ungdomslitteratur inden for social kapital har der været et stort fokus på ovenstående i form af at undersøge relationen mellem den unge og familien og i særlig grad relationen mellem den unge og forældrene (Bassani, 2007; Morrow, 1999). I forlængelse heraf påpeges det, at udviklingen af social kapital teori i en ungdomskontekst er blevet hæmmet, da fokus har været på én social arena i unges liv, nemlig familien<sup>9</sup>.

This means that the use of SCT [social capital theory] to explain youths' well-being has been largely uni-dimensional. This is problematic because SCT is a multidimensional theory that contextualizes youths in a numerous (interconnected) mezzo groups. (Bassani, 2007, s. 20)

Dette endimensionelle- og forældrefokuserede syn på unges sociale kapital har betydet, at unges egne fællesskaber er blevet overset i forskning. Bassani (2007, s.19) argumenter i sin artikel for, at "(...) *youth-based social capital must be examined if we wish to improve our understanding of youths' well-being*". Dette kan bruges som argument i denne opgave for dels at inddrage flere sociale arener i unges liv – en multidimensionel forståelse af social kapital – samt at inddrage arenaer, hvor unges egne fællesskaber er i fokus, såsom relationer til jævnaldrende, skolen og deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter.

Ifølge Morrow (1999, s. 758) er skolen et eksempel på en social arena som utilsigtet er blevet viet for lidt opmærksomhed grundet det store fokus på forældrebaseret social kapital. Skolen udgør en vigtig arena alene på baggrund af, at det er her de unge bruger størsteparten af deres vågne timer fra en tidlig alder (Morrow, 1999). Derudover er skolen en arena, hvori både stærke og svage sociale bånd kan udspille sig.

På skolen kan unge udvikle nære og *stærke sociale bånd* til jævnaldrende, lærere og andre voksne, hvilket kan være vigtigt for deres oplevelse af støtte (Morrow, 1999). Derudover kan skolen være en arena, hvori unge kan være en del af sociale fællesskaber, som er mere åbne og udadvendte (af typen bridging). Denne type netværk og fællesskaber er kendetegnende ved at være inkluderende over for nye deltagere (Bø & Schiefloe, 2007). Relationer i denne type fællesskaber er præget af såkaldte *svage sociale bånd*. Det er relationer, som er uden for den helt nære kreds og mere i den perifære del af unges liv. Netværk og sociale fællesskaber, hvor

---

<sup>9</sup> Dette ensidige fokus kan hænge sammen med at særligt udviklingspsykologien har været optaget af at studere børns nære relationer, så som tilknytning til mor og senere også til far, søskende andre slætninge og jævnaldrende (Bø & Schiefloe, 2007).

relationer kan karakteriseres som svage bånd, kan være vigtige, da det kan give unge indsigt i andre typer miljøer end det, de oplever i nære relationer: ”Poenget er at siden disse personer står udenfor den nære tette kretsens rundt barnet, kan de også være ’annerledes’ og representere andre verdier, virkelighedsforståelser, kunnskaper og erfaringer” (Bø & Schiefloe, 2007, s. 149).

Det at opleve mangfoldighed og blive eksponeret for ’anderledeshed’ er specielt vigtig i ungdommen, da det blandt andet bidrager til at udvikle social fleksibilitet (Bø & Schiefloe, 2007). Man kan med andre ord sige, at der ligger en ’styrke i de svage bånd’.

En anden styrke og vigtig dimension ved unges svage sociale bånd er muligheden for at bygge bro med andre typer af fællesskaber (Morrow, 1999) (heraf Putnams begreb *bridging*). Netværk, som kan karakteriseres som mere åbne, kan bidrage til kontakt og samspil mellem forskellige grupperinger. Svage bånd kan koble unge til personer udenfor de nære og tette netværk og give adgang til blandt andet informationer og erfaringer, som den unge ellers ikke ville have haft adgang til (Bø & Schiefloe, 2007). Dermed kan disse relationer have den vigtige funktion, at *bygge bro* mellem forskellige sociale grupperinger i den unges liv. Den unges deltagelse på skolen kan bygge bro til for eksempel sociale aktiviteter i fritiden eller give den unge information om for eksempel fritidsarbejde. Det kan åbne for deltagelse i nye sociale arenaer, og den unge kan opnå mere social kapital i og med at den *unges muligheder for at sikre sig fordele gennem medlemskab i netværk og andre sociale strukturer* aktualiseres.

Med udgangspunkt i begreberne ’stærke og svage sociale bånd’ er der i det foregående blevet belyst, hvordan unges forskellige sociale bånd har hver deres fordele for den unge. Netværk med stærke bånd giver den unge mulighed for at opleve tryghed og en følelse af at høre til. Svage sociale bånd giver adgang til ressourcer i form af at opleve variation, spejle sig i forskellige miljøer og få adgang til erfaringer og informationer. Derudover kan svage bånd have funktion som brobygger mellem grupper, der kan give den unge mulighed for kontakt med andre grupper og sociale arenaer. De bedste opvækstvilkår vil sandsynligvis være en kombination af både stærke og svage sociale bånd (Bø & Schiefloe, 2007).

### **3.3. Social kapital og samspil mellem unges sociale arenaer**

At inddrage og undersøge en kombination af unges både stærke og svage bånd er vigtigt med henblik på at få en nuanceret og mere omfattende forståelse af sammenhængen mellem unges gode psykiske sundhed og relationer på forskellige sociale arenaer:

What makes SCT [social capital theory] particularly useful is that it acknowledges individuals as being a part of many overlapping groups. This between-group interaction is a key component in explaining not only the development of social capital in secondary groups, but also youths' well-being. (Bassani, 2007, s. 28)

Ovenstående uddrag fremhæver det multidimensionale aspekt af social kapital teori og understreger vigtigheden af at inkludere flere sociale arenaer for at indfange sammenhængen mellem social kapital og unges positive psykiske sundhed. I dette studie forsøges dette at indfanges ved at undersøge unges adgang til social kapital i form af relationer til forældre, jævnaldrende og skole samt til deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter.

Figur 1 kan i den hensende benyttes til at fremhæve den multidimensionelle dimension af social kapital. Den kan indfange, hvordan tilgang til social kapital i forskellige grupper kan fremme den unges psykiske sundhed.

**Figur 1: Sammenhængen mellem social kapital i to grupper og effekten på sundhed <sup>10</sup>.**

		Primær eller sekundær gruppe social kapital	
		Høj	Lav
Sekundær gruppe social kapital	Høj	Boosting effekt	Kompenserende effekt
	Lav	Kompenserende effekt	Double Jeopardy effekt

Som figuren illustrerer, så opstår der en 'boosting effekt', når den unge oplever høj social kapital i to grupper og forventes at have den bedste sundhed og trivsel. Modsat er unge, der oplever lav social kapital i to grupper, for eksempel i familien og på skolen, og her snakker man om en 'double jeopardy effekt' (oversat: dobbelt fare). Unge, der oplever lav grad af social kapital i begge grupper, er i dobbelt fare for at have dårlig sundhed og trivsel. Den sidste sammenhæng er den 'kompenserende effekt' og opstår når den unge oplever, at høj social kapital i én gruppe kompenserer for lav social kapital i en anden gruppe (Bassani, 2007).

I tillæg til det multidimensionelle aspekt er denne opgave også interesseret i at undersøge, hvorvidt kønsforskelle spiller en rolle i unges livstilfredshed og sammenhængen med social

<sup>10</sup> Figuren er hentet fra Bassani (2007, s. 30), hvor en række af forskere har været med til at udvikle disse tre hypotetiske effekter.

kapital. I den henseende er det interessant at påpege, at piger generelt viser en stærkere social orientering end drenge. Det vil sige, at de har bedre social kompetence og typisk har en mere prosocial adfærd end drenge (Bø & Schiefloe, 2007).

I det foregående har fokus været på to typer af social kapital; stærke og svage sociale bånd, og hvilke fordele der ligger heri for den unge. Den multidimensionelle forståelse af social kapital er blevet fremhævet som et vigtigt element for at indfange en forståelse af unge psykiske sundhed jævnfør figur 1. I det næste inddrages Colemans begrebspar *strukturel og funktionel social kapital* som et nyt element i forståelsen af social kapital.

### **3.4. Strukturel og funktionel social kapital**

Med brug af Colemans begrebspar kan social kapital forstås som bestående af to fundamentale komponenter: det strukturelle på den ene side og det funktionelle på den anden side. Den strukturelle del af social kapital handler om *hvem og hvor mange* som er med i gruppen eller det sociale netværk. Det funktionelle element af social kapital omhandler, hvordan *samspelet eller interaktionen* er mellem individerne i gruppen (Bassani, 2007). Det væsentlige er, at "(...) *social capital develops in groups when structural and functional social resource efficiencies are present and social resource deficiencies are not (...)*" (Bassani, 2007, s. 24).

Begreberne '*efficiencies*' og '*deficiencies*' har ikke nogen præcise definitioner, men repræsenterer henholdsvis 'sunde' og 'usunde' relationer. Det betyder, at *sunde relationer* udvikler social kapital, mens *usunde relationer* udvikler begrænset med social kapital (Bassani, 2007). Dette har et normativ aspekt, da der ikke findes én grundlæggende forståelse af, hvad henholdsvis sunde og usunde relationer indebærer. Forståelser kan variere over tid og sted og er således afhængige af den aktuelle kontekst som undersøges (Bassani, 2007). Med andre ord ligger der ikke nogen objektiv forståelse til grund for at indfange social kapital. Det er i høj grad forskerens subjektive forståelse og vurdering i den specifikke kontekst, der ligger til grund for operationaliseringen af social kapital ud fra denne forståelse.

Denne opgave har hovedsageligt fokus på det funktionelle element af social kapital, da det er begrænset, hvorvidt det undersøges, hvem eller hvor mange som er en del af netværk i unges sociale arenaer. For eksempel undersøges det ikke, om de unge bor med en eller begge forældre, eller hvor mange elever der er i skoleklassen. I stedet er opgaven mere interesseret i at undersøge *kvaliteten* i samspil og relationer mellem unge og deres netværk – altså det funktionelle element.

Med opgavens vægt på det funktionelle element er det relevant at inddrage *værdier* som en vigtig dimension for udvikling af social kapital. Fælles værdier mellem gruppemedlemmer kan ses som grundlag for en gruppes funktionelle 'sundhed'. Omvendt kan værdiforskellighed skabe funktionelle sociale mangler, forstået på den måde at gruppemedlemmer med modstridende eller for forskellige værdier bruger mindre tid sammen eller udvikler mindre nære relationer. Dette kan i sidste ende svække udviklingen af social kapital (Bassani, 2007). Af den grund kan man forestille sig, at fælles værdier i særlig grad er vigtig for den mere lukkede type netværk. I familien eller i ungdomsgruppen kan fælles værdier tænkes at være afgørende for, at der etableres stærke sociale bånd mellem medlemmerne og at social kapital kan udvikle sig.

Det er blevet belyst, hvordan Colemans begrebspar giver mulighed for at forstå social kapital som et produkt af det dynamiske samspil af både strukturelle og funktionelle ressourcer. Hvem, som er med i en gruppe, og hvordan, samspillet er mellem gruppens medlemmer, har betydning for udviklingen af social kapital. Fælles værdier i en gruppe er grundlæggende for det funktionelle element og specielt i netværk præget af stærke sociale bånd.

Denne opgave har til formål at undersøge sammenhængen mellem unges gode psykiske sundhed og unges sociale ressourcer *samt* personlige ressource i form af mestring. Indtil nu har dette kapitel fokuseret på social kapital i form af unges adgang til sociale ressourcer og fordele gennem relationer og netværk. Følgende afsnit har til hensigt at udvide dette perspektiv, ved at anskue social kapital som mobilisator for mestring og dermed rettes fokus mod unges personlige ressourcer.

### **3.5. Social kapital og mestring**

Teori om social kapital anerkender, at der findes andre former for kapital, som også kan have sammenhæng med unges sundhed (Bassani, 2007). Som nævnt kort indledningsvist er Bourdieu et eksempel på en teoretiker, som opererer med flere former for kapital, blandt andet økonomisk kapital (kan være en gruppe eller persons indkomst) og kulturel kapital (kulturel kundskab og erfaringer en person eller gruppe besidder). Bassani argumenterer i sin artikel for, at andre former for kapital også er vigtige for unges trivsel og sundhed, men at social kapital kan betragtes som den primære form for kapital:

Other forms of capital (...) also play important roles in well-being, although they are not viewed as primary to the development of well-being as is social capital because



social capital not only directly affects well-being, but also plays an integral role in the mobilization and formation of other forms of capital. (Bassani, 2007, s. 21)

I forlængelse af ovenstående citat kan social kapital forstås som havende en *direkte og indirekte effekt* på unges positive psykiske sundhed. Den direkte effekt er blevet understreget flere gange i denne opgave med henvisninger til forskningsresultater, der viser, hvordan social kapital – i form af relationer til forældre, venner, skole og aktiviteter – har direkte sammenhæng med unges psykiske sundhed. Den indirekte effekt handler om, hvordan social kapital kan mobilisere andre former for kapital, som kan være til gavn for den unge og dermed spille en rolle for den unges sundhed. En forståelse af social kapital som mobilisator for andre typer kapital kan være et interessant og relevant perspektiv for denne opgave med henblik på at rette opmærksomhed mod unges mestringsfølelse. Det kan give mulighed for at betragte unges mestringsfølelse som en personlig ressource, der kan mobiliseres i kraft af deres sociale kapital.

Ovenstående tanke er relevant, når det gælder en forståelse af, at mennesket udvikler sin personlighed ved gensidige interaktioner og i sociale sammenhænge, som man opholder sig i (Caprara et al., 2004). En forståelse som underbygger idèen om, at relationer og sociale sammenhænge er med til at udvikle unges mestringsfølelse som en personlig egenskab. Dette understøttes af et tidligere nævnt studie, der fandt at respondenternes positive psykologiske kapital (defineres som bestående af fire elementer: mestring, optimisme, håb og resiliens) havde sammenhæng med deres rapporterede sociale støtte (Zhou, 2014). Jeg finder det derfor interessant for denne opgave at fokusere på sammenhængen mellem social kapital og unges mestringsfølelse, da det kan tyde på, at social kapital kan ses som en forudsætning for udvikling af mestring.

De teoretiske perspektiver af social kapital som er relevante og interessante for denne opgave er nu blevet belyst og næste kapitel vil rette fokus mod studiets operationaliseringer af de teoretiske begreber samt præsentere hypoteserne for opgaven.

## 4. Formål og hypoteser

Formålet med dette studie er at rette søgelyset mod unges positive psykiske sundhed og undersøge, hvilke unge som rapporterer om høj tilfredshed med livet. Mere specifikt er målsætningen at identificere sammenhænge mellem unges livstilfredshed og deres sociale – og personlige ressourcer.

Dette kapitel har som målsætning at give læseren indsigt i første del af processen fra teori til data. Det vil først og fremmest gøres ved at beskrive operationaliseringerne af de teoretiske begreber i opgaven. Dernæst vil opgavens fire hypoteser præsenteres. Hypoteserne er udviklet med udgangspunkt i tidligere forskning om unges livstilfredshed og de danner ramme for hvilke analyser, der er blevet gennemført i dette studie.

### 4.1. Operationelle definitioner

I kvantitativ forskning kan operationaliseringen beskrives som forskerens arbejde med at udvælge de spørgsmål, som har til hensigt at indfange og identificere teoretiske begreber (Johannessen, Tufté & Christoffersen, 2016). Operationaliseringen kan således forstås som den proces, hvor man bevæger sig fra generel teori til konkrete data.

Denne opgave opererer med flere forskellige teoretiske begreber og fænomener: *positiv psykisk sundhed, sociale- og personlige ressourcer samt socioøkonomisk baggrund*. I dette afsnit præsenteres operationelle definitioner med henvisning til den teoretiske definition af begrebet, mens de udvalgte spørgsmål beskrives i detaljeret form i afsnit 5.2.

Unge positive psykiske sundhed defineres i denne opgave som *'tilfredshed med livet'* og udgør opgavens afhængige variabel. Livstilfredsheds mål er en almindelig måde at indfange menneskets sundhed på<sup>11</sup>. Der findes flere forskellige konstruerede skalaer til at måle børn og unges livstilfredshed på (for eksempel: *'Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale'*, *'Perceived Life Satisfaction Scale'* og *'Students' Life Satisfaction Scale'*) (E. Scott Huebner, 2004). Ungdataundersøgelsen gør ikke direkte brug af nogen af disse skalaer, men måler i stedet livstilfredsheden ud fra spørgsmål, hvor de unge bliver bedt om at tage stilling til en række forskellige påstande om sig selv og deres liv (de enkelte spørgsmål fremstilles som skrevet i detaljeret form i sektion 5.2). Fem spørgsmål er valgt ud i dette studie, da de er vurderet til at kunne give den bedste indikation på unges generelle livstilfredshed. Livstilfredsheds målet er

---

<sup>11</sup> Se kapitel 2 for en nærmere præsentation af dette.

også blevet vurderet ved hjælp af en semi-konfirmerende faktoranalyse, som præsenteres i sektion 5.3.

Opgaven gør brug af *social kapital teori* som inspirationskilde til at indfange og måle unges adgang til sociale ressourcer og fordele i deres relationer til henholdsvis familie, jævnaldrende og skolen. Der er i denne operationalisering lagt vægt på at indfange *kvaliteten* af unges relationer. Dette er blevet gjort ved at vælge en række forskellige spørgsmål, der kan sige noget om den *tillid, støtte og grad af tilhørsforhold* den unge oplever i sine relationer og sociale fællesskaber. Deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter betragtes i dette studie også som en arena i unges liv, der kan give adgang til ressourcer og fordele. Deltagelse i fritidsaktiviteter kan være grobund for udvikling af relationer med jævnaldrende eller andre voksne og dermed føre til ressourcer i form af blandt andet social støtte.

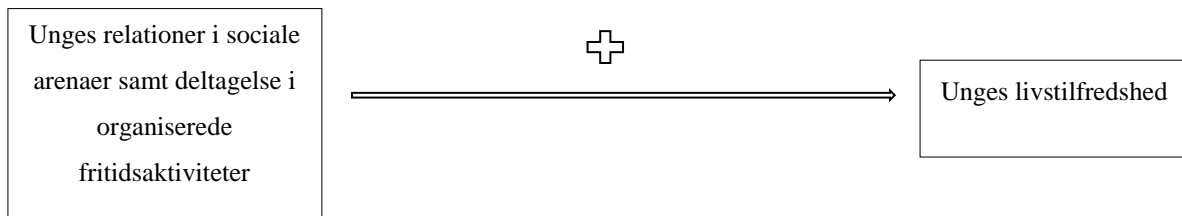
Den teoretiske definition af begrebet *mestring* bygger på det engelske begreb 'self-efficacy' fra Albert Bandura (1997). Mestring forstås i denne opgave som den unges *generelle mestringsfølelse* og er således ikke knyttet til specifikke situationer. Operationalisering af generel mestringsfølelse sker på baggrund af spørgsmålbatteriet '*Mestring*' i spørgeskemaet, hvor de unge bliver bedt om at tage stilling til fem udsagn, der kan sige noget om deres tiltro til at takle vanskelige situationer.

Fjerde og sidste operationalisering er af det teoretiske begreb *social klasse*, hvor formålet har været at indfange unges adgang til kulturelle og økonomiske ressourcer i familien (Bakken, Frøyland & Sletten, 2016). Dette er blevet gjort ved at udvælge spørgsmål om forældrenes uddannelse og antal bøger i hjemmet samt spørgsmål om økonomiske ressourcer.

## 4.2. Hypoteser

### Hypotese 1:

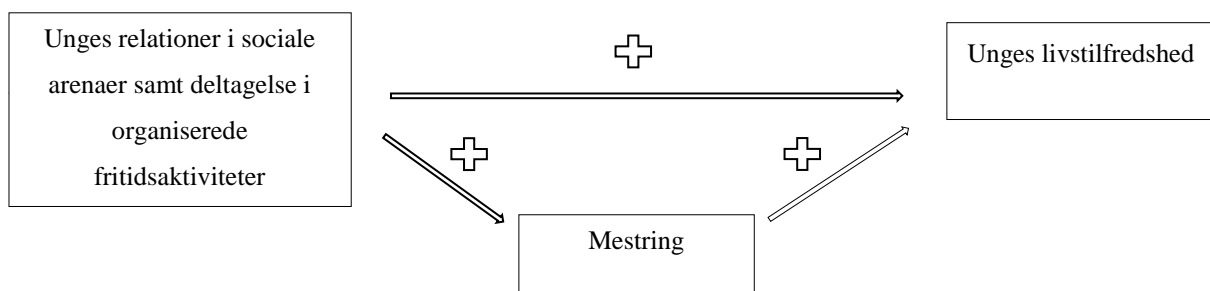
Høj tilfredshed med livet er relateret til gode relationer til forældre, jævnaldrende og skolen samt til deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter.



Unge, som rapporterer, at de har gode relationer til deres forældre, jævnaldrende og skolen, rapporterer også, at de er mere tilfredse med livet. Samtidig antages det, at stærke *relationer til forældre* har større betydning for unges livstfredshed end relationer til jævnaldrende. Unge som svarer, at de deltager i organiserede fritidsaktiviteter, svarer også, at de er mere tilfredse med livet. Deltagelse i organiseret idræt har større betydning for unges livstfredshed end deltagelse i anden organiseret fritidsaktivitet.

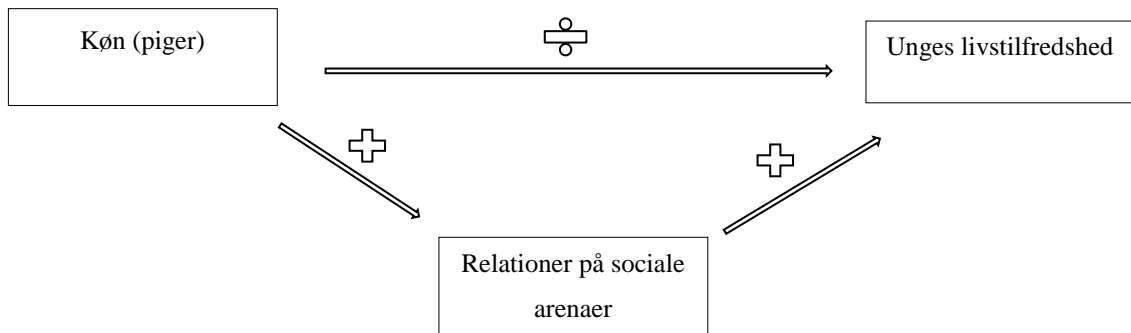
### Hypotese 2:

Unge, der rapporterer, at de har høj mestringsfølelse, rapporterer også om høj tilfredshed med livet. Derudover antages det, at unge, der har gode relationer til forældre, venner og skole samt deltager i organiserede fritidsaktiviteter, har højere mestringsfølelse end unge, som ikke har det og dermed også højere livstfredshed.



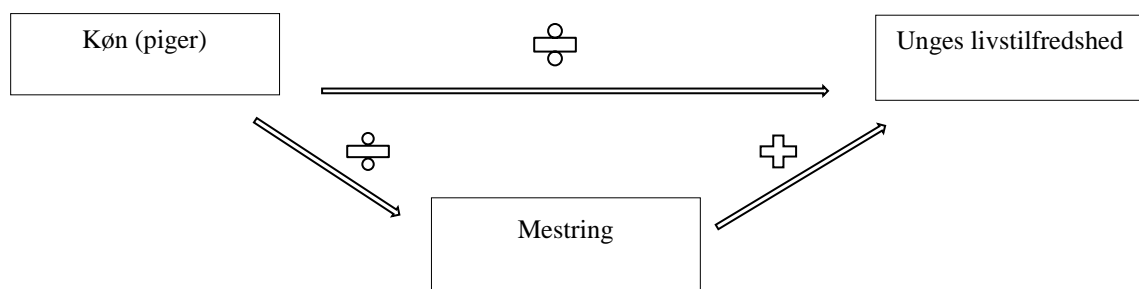
*Hypotese 3:*

Piger rapporterer om lavere tilfredshed med livet end drenge, men rapporterer samtidig om bedre relationer til forældre, venner og skole. Dermed antages det, at pigers stærke relationer reducerer kønsforskellen i rapporteringen af livstilfredshed mellem drenge og piger.



*Hypotese 4:*

Piger rapporterer om lavere tilfredshed med livet end drenge og rapporterer samtidig om lavere mestring. Derfor antages det, at noget af kønsforskellen i rapporteringen af livstilfredshed skyldes at piger rapporterer om lavere mestring.



## **5. Data og metode**

Denne masteropgave er et kvantitativt studie, der baserer sig på Ungdata fra Asker og Bærum kommune. Formålet med opgaven er at undersøge sammenhængen mellem unges livstilfredshed og sociale- og personlige ressourcer. Studiet bygger på et tværsnitdesign, hvilket gør det muligt at give et øjebliksbillede, men kan ikke sige noget om udvikling over tid (Ringdal, 2013).

Metodekapitlet giver indledningsvis en indføring i Ungdata og måden dataindsamlingen er foregået på. Dernæst redegøres der for konstruktionen af målene for alle variablene i studiet ved at beskrive de konkrete spørgsmål. Derefter følger en præsentation af analysemetoderne, som er brugt i opgaven. I sidste del af kapitlet vurderes studiets kvalitet med udgangspunkt i begreberne reliabilitet, begrebsvaliditet og ekstern validitet. Til slut drøftes de etiske overvejelser knyttet til indsamling af data.

### **5.1. Ungdata**

Ungdata er lokale spørgeskemaundersøgelser, der gennemføres i de fleste kommuner i Norge. Ungdataundersøgelserne er blevet foretaget siden år 2010, idet elever ved ungdomsskolen og videregående skole svarer på en række spørgsmål om deres liv. Ungdataundersøgelserne gennemføres i et samarbejde mellem Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitet og KoRus (regionale kompetencesentre innen rus) (Ungdata, 10.08.2016).

Denne opgave baserer sig på data fra en spørgeundersøgelse gennemført i Asker og Bærum kommune i år 2017. Undersøgelsen blev gennemført på både ungdomstrinnet og i videregående skole for begge kommuner. Fra Asker kommune indhentede man svar fra 2028 elever på ungdomstrinnet (svarprocent på 87 %) mens 1467 elever fra videregående skole svarede på spørgeskemaet (svarprocent på 75 %) (Ungdata, 2017a, 2017c). I Bærum kommune fik man 4049 svar fra elever på ungdomstrinnet (svarprocenten på 89 %) og 3490 svar fra videregående skole (svarprocent 75 %) (Ungdata, 2017b, 2017d). Det vil sige 11034 respondenter i alt.

Tidspunktet for gennemførelsen af spørgeundersøgelsen var fra uge 9-12 i 2017 for begge kommuner. Der blev afsat tid i skoletiden til at eleverne kunne udfylde spørgeskemaet, som blev besvaret elektronisk.

Alle spørgeskemaerne i ungdataundersøgelserne består af en grundmodul med obligatoriske spørgsmål (Frøyland, 2017), hvilket gør det muligt at inddrage Asker og Bærum kommune i samme studie.

Alle besvarelser der samles ind gennemgår en 'rensning' foretaget af NOVA, der har til formål at sortere useriøse svar fra og dermed undgå at tydeligt useriøse svar inkluderes i analyserne (Frøyland, 2017). Datafilen, som er brugt i denne opgave, har været igennem denne systematiske rensningsproces inden analyserne er gennemført.

Spørgsmålene i spørgeskemaet er udviklet med henblik på at indfange helheden i unges livssituation og dækker således mange forskellige temaer i unges liv. Resultaterne fra ungdataundersøgelserne giver en unik mulighed for at udvikle viden om nutidens ungdom i Norge. Viden som er relevant både i ungdomsarbejdet, i den politiske udvikling og inden for forskning og undervisning (Ungdata, 10.08.2016).

Formålet i denne opgave er at undersøge sammenhængen mellem unges livstilfredshed og deres sociale – og personlige ressourcer. Det har krævet en nøje udvælgelsesproces af spørgsmål for at konstruere mål, der har gjort det muligt at operationalisere de teoretiske begreber og dermed teste de opstillede hypoteser. I det følgende vil denne udvælgelsesproces og konstruktionen af mål for studiet uddybes.

## **5.2. Konstruktion af variabler**

I kvantitativ forskning er konstruktionen af gode mål centralt (Ringdal, 2013) og spørgsmålsudvælgelsen udgør således en vigtig del i den kvantitative forskningsproces. Af den grund vil der i det følgende gives en detaljeret redegørelse for konstruktionen af alle studiets variabler. Først præsenteres målet for den afhængige variabel, *tilfredshed med livet*. Dernæst følger en gennemgang af de uafhængige variabler: *relation til forældre og jævnaldrende*, *relation til skole*, *deltagelse i organiseret fritid og idræt* samt *mestring*. Til slut præsenteres målene for baggrundsvariablerne *køn*, *alder* og *socioøkonomisk baggrund*.

### *5.2.1. Afhængig variabel: tilfredshed med livet*

Den afhængige variabel i dette studie er et sammensat mål – et indeks – baseret på fem spørgsmål fra spørgsmålsbatteriet '*Selvilde*'. Spørgsmålsbatteriets tre første spørgsmål er oprindeligt fra en revideret variant af delskalaen «Global Self Worth» fra instrumentet «The

Self-Perception Profile for Adolescents (SPPA)» (Frøyland, 2017). De to sidste spørgsmål er udviklet af NOVA.

I spørgeskemaet bliver de unge præsenteret for fem påstande om, hvor tilfredse de er med deres liv. «Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er», «Jeg er ofte skuffa over meg selv», «Jeg liker meg selv slik jeg er», «Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det» og «Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt». Til alle fem spørsmål er der følgende svaralternativer: 'Passer svært godt' som kodes til værdien 4, 'Passer ganske godt' kodes til værdien 3, 'Passer ganske dårlig' kodes til værdien 2, mens 'Passer svært dårlig' kodes til værdien 1. Variablen er herefter konstrueret som en kontinuerlig gennemsnitsvariabel med værdier fra 1 til 4. Respondenter der har en gennemsnitsværdi på 1 regnes for at være mindst tilfredse med livet, mens de, som har en gennemsnitsværdi på 4, regnes for at være mest tilfredse med deres liv. For at respondenternes værdier inkluderes i det samlede indeks, skal den unge have svaret på mindst 3 ud af 5 spørgsmål. Dette er valgt for at ekskludere respondenter, der overstiger 40 % missing på spørgsmålene (Christophersen, 2006, s. 252). Indekset har en intern konsistens målt med Chronbach's alfa på 0,838.

Der er på baggrund af livstilfredshedsindekset også lavet en kategorisk variabel, som bruges i krydstabelanalysen. Her er værdier fra 1 – 2 kategoriseret som lav tilfredshed med livet. Værdier fra 2,1 – 3,5 kategoriseret som middel tilfredshed med livet mens værdier fra 3,6 – 4 er kategoriseret som høj tilfredshed med livet. Denne kategorisering giver mulighed for at undersøge, hvordan de uafhængige variabler fordeler sig ud fra lav, middel og høj livstilfredshed.

### 5.2.2. Uafhængige variabler: relationer, organiserede fritidsaktiviteter og mestring

Tre af de uafhængige variabler i dette studie har til hensigt at indfange unges relation til henholdsvis forældre, jævnaldrende og til skolen. Disse tre mål er blevet konstrueret med udgangspunkt i NOVA rapporten: *"Sosiale relasjoner i ungdomstida. Identifisering og beskrivelse av ungdom med svake relasjoner til foreldre, skole og venner"* (Andersen & Dæhlen, 2017). I rapporten konstrueres der tre relationsindeks bestående af fire spørgsmål, der har til hensigt at måle unges forhold til forældre, jævnaldrende og skole. Alle spørgsmål, der er brugt i konstruktionen af de tre relationsindeks, er hentet fra velprøvede nationale og internationale spørgsmålsbatterier og har været brugt i tidligere ungdomsanalyser (Andersen & Dæhlen, 2017). Rapporten har vurderet relationsindeksene ud fra intern konsistens ved hjælp



af ordinal alpha og fandt et acceptabelt niveau for alle tre indeks (forældreindikator: 0,73; skoleindikator: 0,74 og venneindikator: 0,63). Derudover blev begrebsvaliditeten til de tre indeks vurderet ved at foretage tillægsanalyser, hvor man undersøgte hvorvidt relationsmålene samvarierer med fænomener, som man forventer hænger sammen med relationsmålene. Her fandt man, at forældrerelationen havde sammenhæng med unges vurderinger af blandt andet egenvurderet sundhed og depressive symptomer. Skoleindekset samvarierede med unges udslag på adfærdsproblemer og venneindikatoren med unges selvbillede og egenvurderede psykiske sundhed. Dermed konkluderer Andersen og Dæhlen (2017, s. 23; 26; 28), at alle tre indeks har god begrebsvaliditet. På baggrund af dette er de tre relationsindeks valgt som mål på unges relation til forældre, jævnaldrende og skole i dette studie.

Relationsindeksene er i denne opgave også konstrueret som dummyvariabler, der bruges i krydstabelanalysen. Dette med henblik på at indfange de unge, som har den stærkeste relation til forældre, jævnaldrende og skolen og undersøge, hvordan de fordeler sig ud fra livstilfredshed sammenlignet med unge med svagere værdier på relationsindeksene. Konstruktionen af de tre relationsindeks og dummyvariablerne præsenteres i detaljeret form i det følgende.

### *Unges relation til forældre*

Det første spørgsmål i forældrerelationsindekset er baseret på unges generelle tilfredshed med deres forældre. Der blev spurgt: ”*Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med ulike sider ved livet ditt?*”. Respondenten bliver bedt om at vurdere forholdet til forældrene ud fra svaralternativerne: ’Svært misfornøyd’ og ’Litt misfornøyd’ (kodes til værdien 1), ’Verken fornøyd eller misfornøyd’ og ’Litt fornøyd’ (kodes til værdien 2) og ’Svært fornøyd’ (kodes til værdien 3).

Næste spørgsmål berører konfliktniveauet mellem de unge og forældrene: ”*Jeg krangler ofte med foreldrene mine*”. Svaralternativet ’Passer svært godt’ og ’Passer ganske godt’ blev kodet til værdien 1, ’Passer ganske dårlig’ til værdien 2 og ’Passer svært dårlig’ fik værdien 3.

Tredje spørgsmål handler om åbenheden og tilliden til forældrene, idet de unge blev spurgt: ”*Jeg forsøker å holde mesteparten av fritida mi skjult for foreldrene mine*”. ’Passer svært godt’ og ’Passer nok så godt’ ble kodet til værdien 1, ’Passer nok så dårlig’ ble kodet til værdien 2, mens ’Passer svært dårlig’ blev kodet til værdien 3.

Det sidste og fjerde spørgsmål drejer sig om oplevet social støtte fra forældrene og spørgsmålet lyder: *"Tenk deg at du har et personlig problem. Du føler deg utafør og trist og trenger noen å snakke med. Hvem ville du ha snakket med eller søkt hjelp hos?"* Forældrene fremstår her som èt af svaralternativerne. De som svarer, at de helt sikkert vil snakke med forældrene får værdien 3, de som svarer, at de måske vil snakke med forældrene får værdien 2 mens de som svarer, at de ikke vil snakke med deres forældre får værdien 1.

De fire spørgsmål, der alle har værdier fra 1 til 3, omdannes til et enkeltmål ved at beregne en gennemsnitlig værdi på de fire spørgsmål. Værdien 1 er laveste værdi og symboliserer de unge, som har den svageste relation til forældrene, mens værdien 3 er højeste værdi og symboliserer de unge, som har stærkest relation til forældrene.

Dette studie er interesseret i den gruppe af unge, som har stærkest relation til deres forældre og derfor konstrueres en dummyvariabel, hvor unge som scorer 2,5 og over på indekset kodes til 1, mens de resterende kodes til 0.

#### *Unge relation til venner*

Det første spørgsmål i indekset omhandler den unges generelle tilfredshed med sine venner: *"Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med ulike sider ved livet ditt?"*, hvor kategorien venner fremgår som en af siderne respondenten skal vurdere. De som svarede, at de var 'Svært misfornøyd' og 'Litt misfornøyd' med deres venner blev kodet til værdien 1, 'Verken fornøyd eller misfornøyd' og 'Litt fornøyd' blev kodet til værdien 2 og de som svarede, at de var 'Svært fornøyd' med deres venner fik værdien 3.

*"Har du minst èn venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?"* er det andet spørgsmål i indekset og har svaralternativerne 'Ja, helt sikkert', 'Ja, det tror jeg', 'Det tror jeg ikke' og 'Har ingen jeg ville kalt venner for tiden'. Det første svaralternativ kodes med værdien 3, andet alternativ med værdien 2, mens de to sidste svaralternativer kodes med værdien 1.

Det tredje spørsmål omhandler størrelsen og typen af vennenetværk: *"Når du er sammen med venner/kamerater, er du da oftest sammen med...?"* Svaralternativerne "En eller to faste", "En eller to faste som ofte er med i en gruppe andre ungdommer" og "En vennegjeng som holder sammen" blev alle kodet med værdien 3. "Nokså tilfeldig hvem jeg er sammen med" fikk

værdien 2, mens det sidste svaralternativ "Er ikke så ofte sammen med jevnaldrende" blev kodet til værdien 1.

Det fjerde og sidste spørgsmål har til hensigt at sige noget om, hvorvidt de unge kan hente social støtte i deres vennemiljø: "*Tenk deg at du har et personlig problem. Du føler deg utafør og trist og trenger noen å snakke med. Hvem ville du ha snakket med eller søkt hjelp hos?*" Her er venner et alternativ og har følgende svarmuligheter: «Helt sikkert», «Kanskje» og «Nei» og gives henholdsvis værdierne 3, 2 og 1.

Samme princip følges som i konstruktionen af forældrerelationsindekset, hvor gennemsnittet af værdierne for de 4 spørsmål omregnes til et enkeltmål. Herefter konstrueres der en dummyvariabel, hvor de som scorer 2,5 eller over på indekset kodes til 1 og har til hensigt at indfange den andel af unge, der har den stærkeste relation til deres jevnaldrende. De med værdier under 2,5 på venneindekset kodes til 0.

#### *Unge relation til skolen*

Første spørsmål omhandler unges generelle tilfredshed med skolen, idet de bliver bedt om at vurdere, i hvor høj grad de er tilfredse eller utilfredse med deres skole. De som svarede, at de var 'Svært misfornøyd' og 'Litt misfornøyd' med deres skole blev kodet til værdien 1, 'Verken fornøyd eller misfornøyd' og 'Litt fornøyd' blev kodet til værdien 2 og de som svarede, at de var 'Svært fornøyd' fik værdien 3.

Det andet spørsmål går på integration i skolemiljøet, og her blev der spurgt: "*Jeg føler at jeg passer inn blant eleverne på skolen*". Svaralternativet "Helt enig" fik værdien 3, "Litt enig" fik værdien 2 og "Litt uenig" samt "Helt uenig" fik værdien 1.

"*Jeg gruer meg ofte til at gå på skolen*" udgør det tredje spørsmål, og her er svaralternativerne: "Helt enig", "Litt enig", "Litt uenig" og "Helt uenig". De første to alternativer kodes med værdien 1, næste med værdien 2 og sidste alternativ med værdien 3.

Sidste spørsmål drejer sig om elevernes relation til lærerne med udgangspunkt i følgende udsagn: "*Lærerne bryr seg om meg*". De som svarede "Helt enig" fik værdien 3, de som svarede "Litt enig" fik værdien 2, og de som svarede "Litt uenig" eller "Helt uenig" fik værdien 1.

Også her er der lavet et skolerelationsindeks baseret på gennemsnittene af værdierne på de fire spørsmål. For at indfange de unge, som har stærkest relation til skolen, er der lavet en

dummyvariabel, hvor de som scorer 2,5 og højere på skoleindekset kodes til 1, og de resterende til 0.

### *Unge organiserede fritid*

De næste uafhængige variabler omhandler unges organiserede fritidsaktiviteter og baserer sig på følgende spørgsmål: «*Hvor mange gange siste måned har du vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i følgende organisasjoner, klubber eller lag?*» Følgende alternativer er mulige: "Idrettslag", "Fritidsklubb/ungdomshus", "Religiøs forening", "Korps, kor, orkester", "Kulturskole/musikkskole" eller "Annen organisasjon, lag eller forening". For hver alternativ skal der krydses af i én følgende svarkategorier: "Ingen ganger", "1-2 ganger", "3-4 ganger" eller "5-6 ganger".

For det første er der konstruert en dummyvariabel for at sammenligne unge, der *ikke har deltager i nogen aktivitet den sidste måned med de som har deltager mindst én gang eller flere på en af ovenstående aktiviteter*. De som har svaret at de ingen gange har deltager på alle svaralternativer er kodet med værdi 0, mens de resterende er kodet med værdien 1.

Dette studie er også interessert i at sammenligne unge, der deltager i idræt med de unge som deltager i en af de andre organiserede aktiviteter. Derfor konstrueres der både en variabel for unge, som deltager i idræt og en variabel for unge, som deltager i anden organiseret aktivitet.

*Idrætsvariablen* blev konstruert som en dummyvariabel, hvor de, der hadde svaret, at de "Ingen ganger" hadde deltager i idræt den sidste måned, blev kodet til værdien 0, mens alle de andre svaralternativer ("1-2 ganger", "3-4 ganger" og "5-6 ganger") blev kodet til værdien 1. Det er ikke omfanget af deltagelse i idræt som i dette studie er fokus, men kun hvorvidt den unge mindst én gang den sidste måned har deltager på et idrætshold. Derfor tages der ikke høyde for, hvor ofte de unge den sidste måned har deltager, men kun om de har deltager eller ikke.

Variablen for *anden organiseret fritid* blev også konstruert som en dummyvariabel. Først blev alle svaralternativer, udenom 'Idrettslag', lavet som en sumvariabel. Dernæst blev sumvariablen konstruert som en dummyvariabel. De unge, der mindst en gang den sidste måned hadde deltager i en af fritidsaktiviteterne blev kodet til 1, mens de som ikke hadde deltager i nogen af fritidsaktiviteterne i løbet af den sidste måned blev kodet med værdien 0.

Der er lavet en fjerde dummyvariabel, der indfanger de unge som deltager i *både idræt og anden organiseret aktivitet*. Dette er med henblik på at undersøge livstilfredsheden for de unge som

rapporterer, at de er meget aktive i fritiden på baggrund af det udvalgte spørgsmål. I et socialt kapital perspektiv er det interessant at undersøge, med tanke på om høj deltagelse kan give adgang til flere fordele og ressourcer og dermed højne livstilfredsheden. Variablen er konstrueret ved at slå de to konstruerede dummyvariabler for deltagelse i idræt (værdi 1) og anden organiseret aktivitet (værdi 1) sammen. De som har svaret, at de både deltager i idræt og anden aktivitet (samlet værdi på 2) får værdien 1, mens de resterende får værdien 0.

Oprindelsen til spørgsmålet om organiseret fritid er ikke kendt (Frøyland, 2017).

### *Unge mestringsfølelse*

Unge mestringsfølelse måles i dette studie på baggrund af spørgsmålsbatteriet «*Mestring*» i ungdatabasereskemaet. Spørgsmålene i dette batteri blev udviklet i forbindelse med revisionen af spørgeskemaet i efteråret 2016 (Frøyland, 2017). Spørgsmålsbatteriet består af 5 spørgsmål, som er hentet fra 10-trins skalaen "*The General Self-Efficacy Scale*". Skalaen er oprindeligt udviklet i Tyskland af Matthias Jerusalem and Ralf Schwarzer i 1981 (Schwarzer, 14.02.2012).

De unge bliver i spørgeundersøgelsen bedt om at vurdere, hvor rigtige følgende udsagn er for dem: «*Jeg klarer altid å løse vanskelige problemer hvis jeg prøver hardt nok*», «*Hvis noen motarbeider meg, så kan jeg finne måter og veier for å få det som jeg vil*», «*Jeg føler meg trygg på at jeg ville kunne takle uventede hendelser på en effektiv måte*», «*Jeg beholder roen når jeg møter vanskeligheter fordi jeg stoler på mestringssevnen min*» og «*Hvis jeg er i knipe, så finner jeg vanligvis en vei ut*». Svaralternativerne på de 5 spørsmål er: «Helt galt», «Nokså galt», «Nokså riktig» og «Helt riktig» og fik værdierne 1, 2, 3 og 4.

Herefter blev der konstrueret et mestringsindeks baseret på gennemsnittet af værdierne fra de fem spørgsmål. Kun værdier, hvor respondenter har svaret på mindst 3 af de 5 spørgsmål, inkluderes i indeksen. Dette er valgt for at ekskludere respondenter, der overstiger 40 % missing på spørgsmålene (Christoffersen, 2006, s. 252). Unge med gennemsnitsværdi på 1 anses for at have lav mestringsfølelse, mens unge med gennemsnitsværdi på 4 anses for at have højest mestringsfølelse.

Gennemsnitsvariablen blev også lavet til en dummyvariabel, da denne bruges i krydstabelanalysen. Unge med et gennemsnit på mestringsindekset på over 3 kodes til værdien 1, mens de som har et gennemsnit på 3 og under kodes til værdien 0. Dette er for at indfange de unge, som har højeste værdi (4) på mindst et af de fem spørgsmål og som karakteriseres med

høj mestringsfølelse. Det giver mulighed for at sammenligne unge med høj mestring kontra unge med middel og lav mestring i henhold til livstilfredshed.

Flere studier, som har gjort brug af *"The General Self-Efficacy Scale"* har fundet god reliabilitet, stabilitet og begrebsvaliditet af skalen (Luszczynska et al., 2005). Men da mestringsindekset i dette studie kun består af 5 ud af 10 spørgsmål fra den oprindelige skala, er der testet for den interne konsistens af indekset. Her blev der fundet en intern konsistens på 0,866 ud fra det statistiske mål Chronbach alfa.

### 5.2.3. BaggrundsvARIABLES: køn, klasstrin og socioøkonomisk baggrund

Den dikotome variabel køn måles ud fra spørgsmålet *"Er du gutt eller jente"* i spørgeskemaet. Drengene er kodet med værdien 1 og piger med værdien 2.

Klasstrin måles ud fra spørgsmålet *"Hvilket klasstrin går du i"*, hvor svaralternativerne er "8.trinn", "9. trinn", "10. trinn", "Videregående trinn 1", "Videregående trinn 2" og "Videregående trinn 3". Variablen er på intervallskala niveau, da skalaen er målt i år. Variablen har til hensigt at indfange alderen til respondenterne i studiet.

BaggrundsvARIABLES socioøkonomisk baggrund lå som en færdigkonstrueret variabel i datasættet. Variablen er udviklet som et samlemål og den detaljerede konstruktion af variabelen beskrives i NOVA rapporten *"Sosiale forskjeller i unges liv. Hva sier Ungdataundersøkelsene?"* (Bakken et al., 2016). Den socioøkonomiske indeksvariabel har til hensigt at indfange socioøkonomiske forhold i de unges familie. På grund af respondenternes relative lave alder defineres socioøkonomisk status i rapporten ud fra forældrenes og familiens samlede ressourcer og indeholder spørgsmål om forældrenes uddannelsesniveau, antal bøger i hjemmet samt et firedelt mål på velstandsniveau i familien ('Family Affluence Scale') (Bakken et al., 2016).

For at måle forældrenes uddannelsesniveau blev de unge spurgt om, hvorvidt mor og far har *"utdanning på universitetet eller høghskolen"*, hvor svaralternativerne var "Ja" og "Nei". De som svarede, at begge forældre har højere uddannelse fik værdien 3, de som svarede at én af forældrene har højere uddannelse fik værdien 1,5, og de som rapporterede, at ingen af forældrene har højere uddannelse fik værdien 0. Det tyder på, at mange unge overrapporterer forældrenes uddannelse og i rapporten konkluderes der med, at målet kun til en vis grad indfanger forældrenes uddannelsesniveau (Bakken et al., 2016, s. 24).

Spørgsmålet *"Hvor mange bøger tror du der er hjemme hos dere"* har til hensigt at indfange akademiske ressourcer i hjemmet hos de unge. De som svarer "Ingen bøger" får værdien 0, de som svarer "Mellom 100 og 500 bøger" får værdien 1,5 mens de som svarer "Mer enn 1000 bøger" får værdien 3 (Bakken et al., 2016).

Den sidste dimension af den socioøkonomiske baggrund er et mål på familiens velstandsniveau, hvor de unge bliver præsenteret for fire spørgsmål om familiens materielle ressourcer: *"Har familien din bil"*, *"Har du eget soverom"*, *"Hvor mange ganger har du reist et sted på ferie med familien din i løpet av det siste året"* og *"Hvor mange datamaskiner har familien din"*. Hvert spørgsmål har fået værdier fra 0 til 3 (de konkrete svaralternativer og værdier for hvert spørgsmål præsenteres ikke her, men kan findes i tabel 2.2 i Bakken et al., s. 26) .

De tre aspekter – uddannelsesniveau, antal bøger og velstandsniveau – er kodet med værdier fra 0 til 3, og herefter er der lavet et gennemsnitsmål baseret på de tre aspekter. Respondenten kan maksimalt få tre point på hver af de tre indikatorer, og de som får 0,00 på gennemsnitsmålet scorer lavest på alle spørgsmål, der indgår i alle tre dimensioner, og de som får 3,00 scorer højest. Endvidere er gennemsnitsmålet konstrueret som en femdelt kategorisk variabel. Dette er gjort ved at dele hele materialet i fem lige store dele sorteret efter hvor højt familien er placeret på den socioøkonomiske skala. De fem grupper får navnet: "lavest SØS", "lav SØS", "middel SØS", "høy SØS" og "højest SØS" (Bakken et al., 2016). Målniveauet på gennemsnitsmålet er på ordinalniveau, men benyttes på tilnærmet intervalniveau i korrelationsanalysen samt i regressionsanalysen, mens den femdelte kategorivariabel benyttes i krydstabelanalysen.

Samlemålet på socioøkonomisk status bruges i denne opgave, da det alt i alt tyder på, at målet indfanger centrale sider ved familiens socioøkonomiske status. I rapporten henviser de til, at målet er tydeligt korreleret med de unges skolekarakterer, hvilket i tidligere forskning har vist sig at være tæt forbundet med socioøkonomisk baggrund (Bakken et al., 2016, s. 33).

Der er nu blevet redegjort for konstruktionen af alle målene for studiet. Hvordan disse mål bruges i opgavens analyser vil blive præsenteret i næste sektion. Her gives en oversigt over analysemetoder, der bruges i opgaven med henblik på at teste hypoteserne.

### 5.3. Dataanalyse

Der er i opgaven blevet gjort brug af *univariate, bivariate og multivariate analysemetoder* og alle analyser er blevet foretaget i programmet IBM SPSS Statistics 24 i Windows.

*Univariat analyse* er udført med henblik på at undersøge fordelingen af den afhængige variabel *tilfredshed med livet* og give et overordnet billede af, hvordan fænomenet fordeler sig i populationen. Tabel 1 kan ses i sektion 6.1.

Krydstabelanalyse og korrelationsanalyse målt ud fra Pearsons  $r$  udgør de *bivariate analyser* udført i studiet, og er første skridt i arbejdet med at sige noget om, hvorvidt studiets hypoteser kan støttes eller ikke. Krydstabelanalyse er blevet brugt for at undersøge, hvordan hver enkelt af de uafhængige variabler fordeler sig på den afhængige variabel. I denne analyse bruges den tredelte kategoriske variabel af *tilfredshed med livet* og dummyvariablerne af de uafhængige variabler samt køn. Det giver mulighed for at se, hvordan eksempelvis unge med stærk relation til deres forældre sammenlignet med unge med middel eller lav relation til deres forældre fordeler sig forskelligt ud fra livstilfredshed. Resultaterne er signifikantstestet med khikvadrattesten. Krydstabellen præsenteres i tabel 2 i sektion 6.2.

I korrelationsanalysen er alle studiets variabler inkluderet, hvilket giver mulighed for at få et indtryk af sammenhængen mellem den afhængige variabel og hver af de uafhængige variabler samt sammenhængen mellem de uafhængige variabler. For eksempel hvorvidt stærke relationer til forældre, venner og skole har sammenhæng med livstilfredshed og mestring. Resultaterne fra analysen, og hvorvidt de er statistisk signifikante, præsenteres i tabel 3 i sektion 6.2.

Derudover gøres der brug af to typer af *multivariate analyser*: lineær multippel regressionsanalyse og semi-konfirmerende faktoranalyse. *Lineær multippel regressionsanalyse* er valgt som analysemetode, da den afhængige variabel *tilfredshed med livet* bruges på tilnærmet intervalniveau (Almquist, Sahar; Ashir & Brännström, 2015). De tre relationsideks og mestringsvariablen bruges også på tilnærmet intervalniveau, mens fritidsvariablerne og køn optræder som dummyer. Alder er på intervalniveau og socioøkonomisk baggrund er på tilnærmet intervalniveau.

Regressionsanalysen er udført med henblik på at opnå en mere nuanceret og omfattende forståelse af fænomenet *unges livstilfredshed* end det er muligt ved bivariate analyser. Da det i regressionsanalysen er muligt at inkludere flere end to variabler, bliver det muligt at få en model, som er mere realistisk og med større forklaringskraft sammenlignet med bivariate

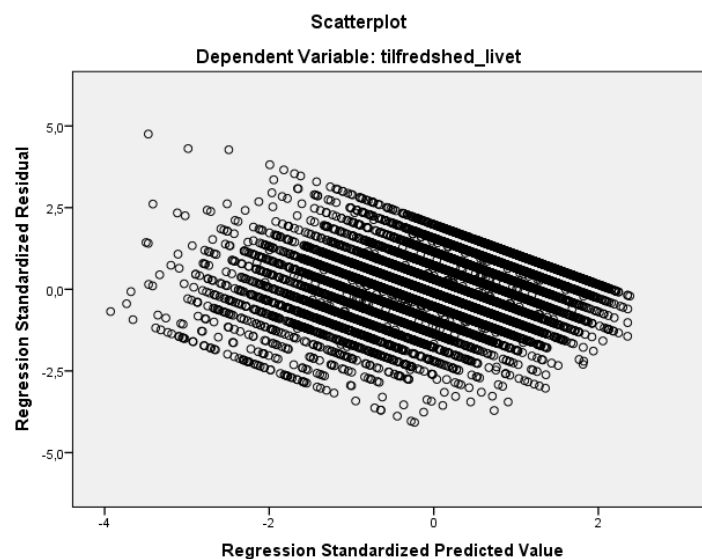


analysemetoder (Ringdal, 2013). Det øger muligheden for at udvikle viden om, hvilke forhold der kan påvirke unges livstilfredshed.

Ifølge Ringdal (2013, s. 415) må en del forudsætninger være opfyldt, for at udføre lineær multippel regressionsanalyse. Dette er vigtigt for, at man skal kunne stole på resultaterne i regressionsanalysen (Almquist et al., 2015). Første forudsætning indebærer, at der ikke må være nogen ekstreme værdier. Ekstreme værdier kan beskrives som respondenter, der ikke følger det overordnede mønster i dataene (Almquist et al., 2015). Det er ikke et problem i dette studie, da respondenterne har afgivet deres svar ud fra svarkategorier med forudbestemte værdier.

Næste punkt er forudsætningen om *homoskedastisitet* og drejer sig om, at variansen i residualerne skal være den samme for alle værdier i de uafhængige variabler (Ringdal, 2013). Denne forudsætning blev i dette studie undersøgt ved hjælp af et residualdiagram, som ses herunder i figur 2. Da punkterne er jævnt fordelt vurderes kravet til homoskedastisitet som opfyldt (Skog, 2004, s. 246).

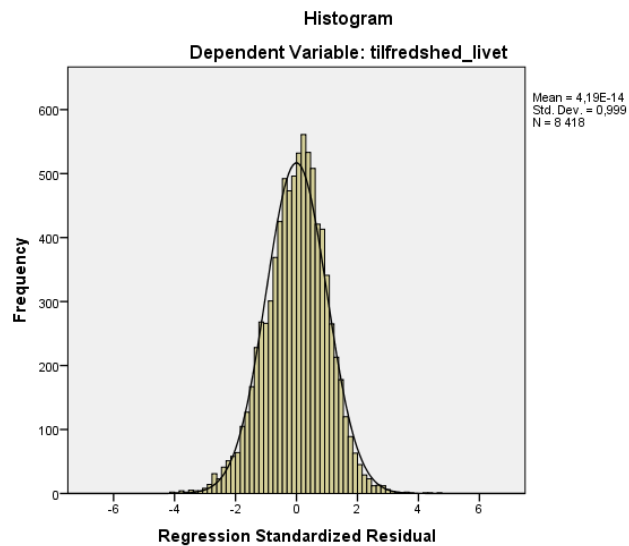
**Figur 2: Residualdiagram for homoskedastisitet**



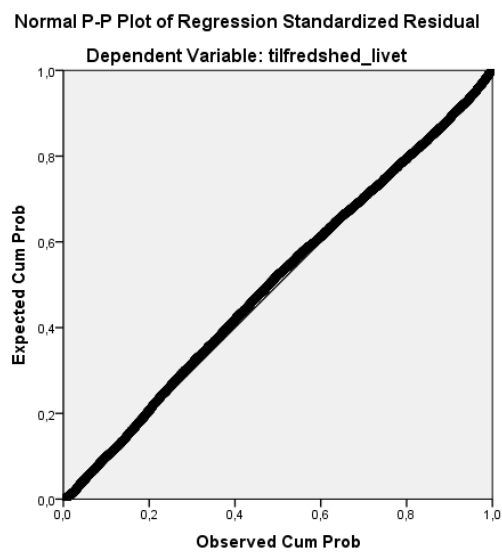
Tredje forudsætning drejer sig om, at *residualerne i de uafhængige variabler må være normalfordelte* (Ringdal, 2013). Dette tjekkes ud fra histogram som ses i figur 3, og her fremgår det, at residualerne er normalfordelte, og dermed er denne forudsætning også opfyldt. Et supplement til residualfordelingen er sandsynlighedsdiagrammet som ses i figur 4, hvor

fordelingerne af residualerne sammenlignes med normalfordelingen. Da den tykke linje falder sammen med den tynde linje langs hoveddiagonalen, kan det konkluderes, at residualerne er normalfordelte (Hermansen, 2007).

**Figur 3: Histogram for residualerne i de uafhængige variabler**

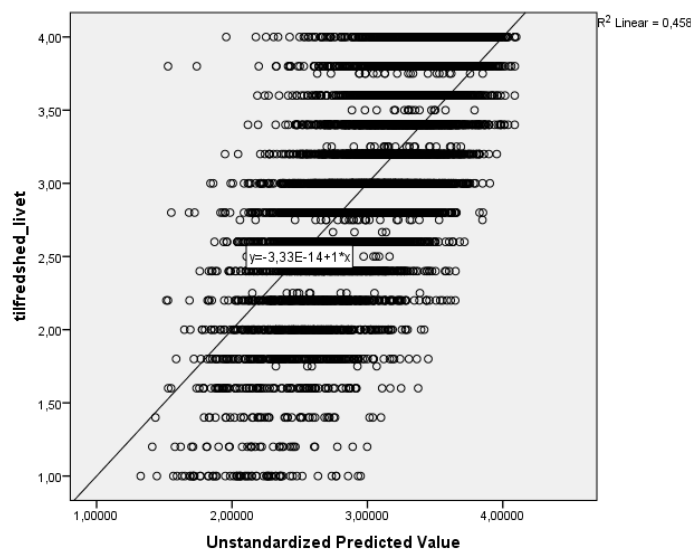


**Figur 4: Residualerne sammenlignet med normalfordelingen**



Fjerde punkt er forudsætningen om *linearitet* og handler om, at sammenhængen mellem de uafhængige variabler og den afhængige variabel er lineær. Dette er vurderet ud fra et spredningsdiagram (figur 5). Da punkterne ligger langs en ret linje, indikerer dette, at der er en lineær sammenhæng mellem de uafhængige variabler og den afhængige variabel (Skog, 2004). Dermed anses forudsætningen om linearitet også som opfyldt.

Figur 5: Spredningsdiagram om linearitet



Fravær af *multikolonearitet* er sidste og femte forudsætning og drejer sig om, at de uafhængige variabler i en regressionsanalyse ikke må være stærkt korreleret. I følge Christophersen (2009, s.161) kan multikolonearitet udelukkes med toleranceværdier (Tol)  $< 0,20$  og variansinflation (VIF)  $< 5$ . I tabel 1 (bilag 1) ses det, at alle toleranceværdier er klart større end 0,20, og at variansinflationen er klart under 5, hvilket indikerer fravær af multikolonearitet.

Forudsætningerne for at foretage en regressionsanalyse er altså opfyldt, og resultaterne af regressionsanalysen vil give mulighed for at drøfte, hvorvidt studiets hypoteser støttes, samt hvor god en forklaringsmodel de inkluderede variabler udgør. Der redegøres for regressionsanalysens resultater i sektion 6.3. Her fremgår det også, om resultaterne er statistisk signifikante testet ved t-test.

*Semi-konfirmerende faktoranalyse* er udført med henblik på at undersøge, hvorvidt livstilfredshedsindekset er endimensionelt og udgør et led i processen i vurderingen, om hvorvidt indikatorerne i indekset repræsenterer en tilfredsstillende operationalisering af det teoretiske begreb.

Inden faktoranalysen blev gennemført, blev der undersøgt om variablerne i rimelig grad havde normalfordelingens egenskaber, og om der var lineære sammenhænge mellem variablerne – forudsætninger der må være til stede før en faktoranalyse kan gennemføres (Johannessen, 2008). I tabel 2 (bilag 1) ses at alle variabler i indekset har værdier på skævhed mellem  $-3$  og  $3$ , og kan dermed regnes for at være normalfordelte (Christoffersen, 2009). De lineære sammenhænge blev undersøgt ud fra to statistiske tests: Keyser-Meyer-Olkin (KMO) og Bartlett's sfæretest (Johannessen, 2008). I tabel 3 (bilag 1) fremgår det, at der er tilfredsstillende styrke i korrelationerne mellem variablerne, samt at disse korrelationer er signifikante. I tabel 4 (bilag 1) ses at KMO er på  $0,836$ , hvilket i følge Christoffersen (2009, s. 207) indikerer, at indikatorsettet er egnet for faktoranalyse. De næste trin i faktoranalysen kunne dermed gennemføres.

I tabel 5 (bilag 1) ses, at den specificerede faktor opfylder Kaisers kriterium med en eigenvalue  $> 1$ . I tabel 6 (bilag 1) vises de reproducerede korrelationer. I følge Christoffersen (2006, s. 239) bør afvigende mellem målte og reproducerede korrelationer ligge i området mellem  $-0,05$  og  $0,5$ . Alle afvigelser ligger inden for dette interval med undtagelse af én af indikatorerne, men denne afviger i lille grad, og derfor vurderes det, at også dette kriterie opfyldes.

Fællesvariancen udgør  $62,2\%$  af indikatorsettets totale varians (se tabel 5, bilag 1). Et vejledende kriterium er, at mindst  $50\%$  af indikatorsettets varians bør være fællesvarians for at have tilfredsstillende begrebsvaliditet (Hermansen, 2007, s. 10). Dermed opfyldes dette kriterium.

På baggrund af resultatet af den semi-konfirmerende faktoranalyse vurderes det, at indikatorerne i livstilfredshedsindekset måler én dimension – en faktor – af unges livstilfredshed. Dette resultat kan understøtte mit valg af at inddrage spørgsmål om unges *tilfredshed med sig selv*, og at disse spørgsmål kan indgå som en del af unges overordnede vurdering af deres generelle livstilfredshed.

Der er nu blevet gjort rede for analysemetoderne, som bruges i opgaven, og resultaterne vil blive beskrevet i kapitel 6. Men inden da vil studiets reliabilitet og validitet drøftes.

## 5.4. Vurdering af studiets kvalitet

I foregående sektion (5.2) blev der redegjort for, hvordan målene af dette studies variabler er konstrueret. Hvorvidt det er *gode* mål vil være genstand for refleksion i dette afsnit med udgangspunkt i begreberne *reliabilitet* og *validitet*, da dette er to egenskaber, der benyttes for at vurdere kvaliteten til et mål (Netemeyer, Bearden & Sharma, 2003; Ringdal, 2013). Først drøftes studiets reliabilitet. Derefter diskuteres validiteten med udgangspunkt i begrebsvaliditet, idet tre undertyper præsenteres: *Umiddelbar validitet*, *indholdsvaliditet* og *kriterievaliditet*. Til slut vurderes studies repræsentativitet og generaliserbarhed ud fra begrebet *ekstern validitet*.

### 5.4.1. Reliabilitet

Reliabilitet kan forstås som *pålidelighed* og indebærer at gentagne målinger med samme måleinstrument vil give samme resultat (Ringdal, 2013). Ringdal skelner mellem tre måder at vurdere reliabilitet af dataene på, og disse vil i det følgende præsenteres og drøftes i henhold til dette studie.

Den første måde Ringdal (2013, s. 97) vurderer reliabiliteten på er baseret på *almen kildekritik* og drejer sig mere specifikt om den kvalitetsmæssige kontrol af dataene. Da dette studie baserer sine analyser på et foreliggende datasæt, har det været relevant at sætte sig ind i og vurdere, hvordan dataerne er blevet samlet ind. I den forbindelse er det aktuelt at nævne, at flere af de regionale kompetencecentre for rus samt NOVA har lang erfaring med ungdomsforskning baseret på spørgeskemaundersøgelser (Frøyland, 2017). Derudover foretager NOVA en systematisk og standardiseret rensningsproces på alle indsamlede datafiler, for at sikre at useriøse besvarelser ekskluderes fra datasættet og dermed fra analyserne. Samlet set giver det et udmærket grundlag for at vurdere, at den kvalitetsmæssige kontrol af dataene er af høj kvalitet, hvilket er et vigtigt led i at sikre høj reliabilitet.

En anden måde at vurdere reliabiliteten på er ved teknikken *'test-retest-teknikken'* (Ringdal, 2013). Det indebærer at måle graden af samsvar mellem to gentagne undersøgelser, hvor samme variabler bruges. Denne teknik kan forstås som kernen i reliabilitetsbegrebet, men er vanskelig at gennemføre i praksis, da det kræver mange ressourcer, plus det er tidskrævende at skulle foretage to identiske undersøgelser.

Dette studie har gennemført undersøgelsen én gang, og det er derfor ikke muligt at vurdere reliabiliteten ud fra *'test-retest-teknikken'*. På den anden side er Ungdata en udbredt undersøgelse, hvor de fleste kommuner i landet deltager, gerne med få års mellemrum, og hvor

spørgeskemaundersøgelsen i høj grad er udformet på samme måde hver gang. Det giver mulighed for at sammenligne svarresultater med få års mellemrum både inden for samme kommune og på landsbasis. Så hvis der optræder store variationer i resultaterne fra et år til det næste, kan man sætte spørgsmålstegn ved undersøgelsens reliabilitet. Dermed kan man argumentere for, at det i en vis grad giver mulighed for at vurdere reliabiliteten på denne måde.

Den tredje metode handler om at vurdere reliabiliteten for konstruerede indekser i et tværsnitdesign og benævnes '*intern konsistens*'. Hensigten er at måle den interne konsistens mellem forskellige indikatorer, der indgår i et indeks. Her kan bruges det statistiske mål Cronbachs alfa, som er en statistisk størrelse varierende fra 0 til 1. Et indeks med Cronbachs alfa på værdi 0,7 og over vurderes som et acceptabelt niveau for intern konsistens ifølge Ringdal (2013, s. 98). I dette studie har det konstruerede livstilfredshedsindeks Chronbach's alfa på 0,838 og mestringsindekset en intern konsistens på 0,866. De to mål har dermed et acceptabelt niveau af intern konsistens og ud fra det, kan reliabiliteten vurderes som god, målt på denne måde. Den interne konsistens for de tre relationsindeks er målt med ordinal alpha, og også her fandt man et acceptabelt niveau for intern konsistens af alle tre indekser (forældreindeks: 0,73; skoleindeks: 0,74 og venneindeks: 0,63). Der fremgår ikke et mål for intern konsistens for indekset om unges socioøkonomiske baggrund i rapporten af Bakken, Frøylund og Sletten (2016).

Opsummeringsvis vil jeg mene, at der er gode grunde til at vurdere dette studiets reliabilitet som god. Dataindsamlingen er foretaget af kompetente aktører, der har lang erfaring med ungdomsundersøgelser, og den interne konsistens for alle studiets indekser med undtagelse af socioøkonomisk baggrund er på et acceptabelt niveau. I det næste rettes fokus mod studiets validitet, der drejer sig om *gyldighed*.

#### 5.4.2. Begrebsvaliditet

Dette studie har valgt at tage udgangspunkt i begrebsvaliditet som grundlæggende handler om at vurdere, hvorvidt man måler det teoretiske begreb, som man ønsker at måle (Ringdal, 2013). Begrebsvaliditet er valgt på baggrund af, at det kan forstås som et overordnet begreb, hvor andre typer af validitet hører under: "(...) construct validity represents the overarching quality of a research study or even a program of studies, with other categories or types of validity being subsumed under construct validity" (Netemeyer et al., 2003, s. 71).

Med udgangspunkt i Ringdal (2013) og Netemeyer et. al (2003) vil begrebsvaliditeten i det følgende drøftes ud fra tre undertyper af validitet: *Umiddelbar validitet*, *indholdsvaliditet* og *kriterievaliditet*.

*Umiddelbar validitet* går ud på at lave en skønsmæssig vurdering af, om de spørgsmål man har valgt at bruge rent faktisk indfanger det teoretiske begreb, som man ønsker at måle (Ringdal, 2013). I denne opgave opereres med teoretiske begreber som *livstilfredshed*, *social kapital*, *mestring* og *social klasse*. I sektion 4.1. blev disse begreber defineret og diskuteret ud fra tidligere forskning og eksisterende teori. Operationaliseringen af begreberne er således forankret i den udvalgte teori og forskning, hvilket kan være et argument for, at den umiddelbare validitet er til stede. Det kan være relevant at påpege, at teoretiske begreber ofte er langt mere komplekse og nuancerede, end det man i kvantitativ forskning har mulighed for at måle med enkelte spørgsmål. Med andre ord vil operationaliseringen ofte være en forenkling af det teoretiske begreb. I den henseende er det sjældent, at der vil være fuld samsvar mellem det teoretiske begreb og operationaliseringen (Ringdal, 2013). Denne problematik leder videre til forskerens vurdering af indholdsvaliditeten.

*Indholdsvaliditeten* er en forlængelse af den umiddelbare validitet og handler mere specifikt om, hvorvidt det konstruerede mål dækker de *vigtigste aspekter af det teoretiske begreb*. Denne vurdering baseres på, hvorvidt de indikatorer, som forskeren har udvalgt, har god eller dårlig indholdskvalitet – altså, i hvor høj grad de valgte spørgsmål dækker bredden i det teoretiske begreb. Ifølge Ringdal (2013, s. 98) baserer indholdsvaliditeten sig på forskerens subjektive vurdering.

Den afhængige variabel *livstilfredshed* er i studiet konstrueret med henblik på at indfange unges generelle livstilfredshed som fænomen. Her har jeg valgt at lade spørgsmål, der handler om unges vurdering af tilfredshed med selvet, indgå som en dimension i det generelle livstilfredshedsmål. Dette er valgt, da jeg anser *tilfredshed med sig selv* som et vigtigt aspekt i vurderingen af livet som helhed. Resultaterne af faktoranalysen støtter desuden op om dette, da alle fem spørgsmål udgør én faktor af livstilfredshed.

De tre *relationsindeks* har til hensigt at indfange aspekter af unges adgang til social kapital. I operationaliseringen er der lagt vægt på at udvælge spørgsmål, der kan sige noget om *kvaliteten* i unges relation til forældre, jævnaldrende og skolen – den funktionelle del af social kapital set i lyset af Colemans begrebspar. En kritisk indvending kunne her være, at der ville opnås en bedre indholdskvalitet, hvis der også var udvalgt spørgsmål til at indfange den strukturelle del

af social kapital. Et aspekt kunne her være at inddrage spørgsmålet fra undersøgelsen om, hvilke voksne den unge bor sammen med nu. Som påpeget tidligere vil man i operationaliseringen ofte være nødsaget til at foretage forenklinger af teoretiske begreber, hvilket dette er et eksempel på.

Den tredje form for validitet, som drøftes i denne opgave, er *kriterievaliditet*. Denne form for validitet går ud på at påvise, at der er overensstemmelse mellem den sande og den observerede værdi på et spørgsmål. I praksis er denne form for validitet vanskelig at gennemføre, da det i mange tilfælde vil være umuligt at skaffe oplysninger om den sande værdi (Skog, 2004), hvilket også gælder for dette studie. De fleste af variablerne i studiet baserer sig på respondenternes subjektive meninger og holdninger, og der findes derfor ingen objektiv målestok som de observerede værdier kan sammenlignes med. Man kan håbe, at respondenterne har forsøgt at svare så oprigtigt så muligt. Denne problematik gør det relevant at drøfte begrebet 'social ønskelighed' som en kilde til systematiske fejlmålinger.

Der kan opstå problemer med validiteteten ud fra det man kalder *systematiske fejlmålinger* (Ringdal, 2013). En generel kilde til fejlmålinger kan beskrives som 'social ønskelighed', der handler om, at respondenterne svarer det, som han/hun tror er socialt ønskeligt eller socialt acceptabelt (Netemeyer et al., 2003; Ringdal, 2013). I dette studie er der en risiko for, at unge har svaret, at de for eksempel er mere tilfredse med deres liv end de egentlig er, fordi de ønsker at fremstå så positive som muligt. Ifølge Ringdal (2003, s. 359) er det svært at modvirke denne type fejlmålinger, men man kan i dette studie håbe på, at respondenterne svarer så oprigtig som muligt, da de er blevet oplyst om, at alle svar er anonyme. Endvidere svarer respondenterne elektronisk på spørgsmålene, hvilket kan tænkes at gøre det lettere for de unge at være ærlige, end hvis de skulle svare på spørgsmålene ansigt til ansigt med en forsker.

En anden generel kilde til fejlmålinger kaldes for "ja-effekten". Det går ud på at respondenter har tendens til at svare i samme retning på alle spørgsmål uanset meningsindhold. En måde at undgå denne fejlkilde på er ved at formulere spørgsmålene forskelligt (Ringdal, 2013). Dette er gjort i spørgsmålsbatteriet som bruges til at indfange livstilfredshed i dette studie. Spørgsmålet "*Jeg er ofte skuffet over meg selv*" har en negativ dimension, mens de fire andre har en positiv dimension. Denne spørgsmålsformulering kan således modvirke systematiske fejlmålinger for denne variabel. Omvendt er alle spørgsmålene i mestringsvariablen i samme 'retning' (positivt udfald), og dermed kan man antage, at risikoen for systematiske fejlmåling er større ved denne variabel i studiet.



### 5.4.3. Ekstern validitet

I et forskningsprojekts slutfase er det vigtigt at vurdere et studiets eksterne validitet. Ekstern validitet kan forstås som studies *repræsentativitet* og handler om at vurdere problemer ved at *generalisere* erfaringer fra en situation til en anden (Skog, 2004). Ifølge Skog (2004, s. 114) findes der ingen enkle eller almengyldige metoder for at besvare spørgsmål om et studiets eksterne validitet, og man er som forsker overladt til at tage en skønsmæssig vurdering af, hvorvidt et studies resultater kan generaliseres.

Dette studies eksterne validitet kan drøftes med henblik på at vurdere, hvorvidt fundene om unges livstilfredshed fra Asker og Bærum kommune er repræsentative, og hvorvidt de kan generaliseres til andre kommuner i landet.

I dette studie er der ikke trukket et udvalg, men hele populationen deltager i spørgeundersøgelsen (alle elever på ungdoms- og videregående skole i Asker og Bærum kommune). Asker og Bærum er relativt store kommuner, hvorfor 11034 respondenter indgår.

Selvom et stort antal af respondenter indgår i studiet, kan det alligevel være vigtigt at vurdere frafaldet – hvor mange unge har ikke svaret på undersøgelsen. Svarprocenten for ungdomsskolen var i Asker kommune 87 % mens den i Bærum kommune var på 89 %. På videregående skole var svarprocenten 75 % for både ungdoms – og videregående skole. I følge Johannessens et al. (2016, s. 247) regnes en høj svarprocent for at ligge mellem 80-90 %, men man har som tommelfingerregel, at en svarprocent på over 50 % er godt. Det kan derfor konkluderes, at der er en meget høj svarprocent i spørgeundersøgelsen. Det giver grundlag for at vurdere resultaterne af analyserne som repræsentative for populationen. Omvendt, hvis der havde været et stort frafald – en lav svarprocent – ville der kunne sættes spørgsmålstegn ved, om resultaterne er repræsentative for alle unge i Asker og Bærum kommune.

Et andet aspekt handler om at vurdere frafaldet – missing – på hver enkel variabel. De fleste variabler i dette studie har få missing, og dermed udgør dette ikke noget problem i dette studie (krydstabellen i sektion 6.2. giver oversigt over hvor mange missing som er på hver variabel). Endnu et argument for at studiets resultater er repræsentative for populationen – altså unge i Asker og Bærum.

Et stort antal respondenter, høj svarprocent og få missing er således med til at sikre resultaternes repræsentativitet. Det kan også være interessant at drøfte, om resultaterne kan generaliseres til andre unge i Norge. Med andre ord om fundene fra disse to kommuner kan generaliseres til unge, der bor i andre kommuner i landet. En sådan vurdering af generalisering kan i dette

tilfælde handle om, hvorvidt Asker og Bærum kommune er repræsentative for Norge. Hvordan er kommunen i forhold til for eksempel befolknings sammensætning og økonomiske forhold sammenlignet med andre kommuner? Umiddelbart vil jeg mene, at det er vanskeligt at foretage en sådan vurdering, og dette vil heller ikke drøftes nærmere. Et alternativ havde været at trække et udvalg af unge, der er repræsentative for Norge, hvis ønsket er at undersøge livstilfredsheden blandt alle Norges unge.

### **5.5. Etiske overvejelser**

Al forskning er underlagt juridiske retningslinjer og etiske principper, der har til hensigt at varetage og beskytte personer, der enten deltager i forskningen eller berøres af den (Johannessen et al., 2016). Hensigten med dette afsnit er at drøfte etiske overvejelser relateret til forskningsprocessen.

Dette studie baserer sig på foreliggende data fra Ungdata og i den forbindelse er det relevant at pointere, at det er velfærdsinstituttet NOVA, som har det overordnede ansvar for, at dataindsamlingen gennemføres i henhold til love, regelværk og forskningsetiske retningslinjer. Herunder at indsamle og opbevare data på en sådan måde at respondendernes integritet og konfidentialitet varetages (Ungdata, 05.07.2016).

På forhånd af undersøgelsen vil alle værgere modtage et informationsbrev om spørgeskemaundersøgelsen, og der vil også ligge information om undersøgelsen på skolernes samt Ungdatas websider. Det er helt frivilligt for de unge at deltage i undersøgelsen, og de kan til enhver tid vælge ikke at deltage. Ligeledes kan værgere vælge ikke at lade deres børn deltage og skal blot informere skolen på forhånd.

De fleste af Ungdatas undersøgelser gennemføres som anonyme spørgeskemaundersøgelser, hvor det ikke er muligt at identificere enkeltpersoner, hvilket også er gældende for denne masteropgave. Derudover er det vigtigt at påpege, at alle svar behandles strengt fortroligt af alle som får tilgang til dem, med henblik på at sikre respondenternes privatliv. Resultater offentliggøres i form af statistik for større grupper og ikke som enkeltpersoner.

Spørgsmålene i undersøgelsen berører mange temaer i de unges liv, og nogle temaer kan for nogen være sårbare eller svære spørgsmål at forholde sig til. Af den grund får de unge information om, at de til enhver tid kan hoppe over spørgsmål, hvis de ønsker det. Derudover afsluttes spørgeskemaet med at oplyse de unge om kontaklinformation til blandt andet

sociallærer, helsesøster og den frivillige enhed 'Kors På Halsen' hos Røde Kors, hvis de har brug for at snakke med en voksen efter at have gennemført spørgeskemaundersøgelsen (Ungdata, 05.07.2016).

## 6. Resultater

I dette kapitel præsenteres først resultatet fra den univariate analyse. Herefter følger en beskrivelse af resultaterne fra krydstabelanalysen samt korrelationsanalysen, der udgør opgavens bivariate analyser. Til slut beskrives resultaterne fra lineær multippel regressionsanalyse.

### 6.1. Univariat analyse

Formålet med univariat analyse er at undersøge hvordan en variabel fordeler sig i et udvalg. I denne opgave er der gjort brug af denne analysemetode for at undersøge, hvordan den afhængige variabel – *unges tilfredshed med livet* – fordeler sig i populationen.

**Tabel 1: Beskrivende statistik for den afhængige variabel**

	N (Missing)	Min	Max	Gennemsnit	Std. Afvig	Skævhed (SE)	Kurtosis (SE)
Tilfredshed med livet	10277 (696)	1	4	3,05	0,65	-.54 (.02)	-.08 (.05)

Som beskrevet i sektion 5.2.1. er den afhængige variabel konstrueret som et indeks baseret på 5 spørgsmål, der har til hensigt at indfange unges livstilfredshed. Ud fra ovenstående tabel ser vi at 10277 respondenter indgår i indekset, og at den gennemsnitlige livstilfredshed i det samlede udvalg er på 3,05 på en skala fra 1 (laveste værdi) til 4 (højeste værdi).

Af tabellen fremgår også at indeksets har en skævhed på -0.54, hvilket indikerer en mindre venstre skæv fordeling. Kurtose på -0.08 indikerer, at der er en lille afvigelse fra normalfordelingen (Christophersen, 2006). Det kan derfor konkluderes, at den afhængige variabel er normalfordelt.

## 6.2. Bivariat analyse

Nedenstående krydstabel giver mulighed for at undersøge, hvordan alle uafhængige variabler fordeler sig i forhold til den afhængige variabel. Livstilfredshedsindekset bruges i denne analyse som en tredelt kategorisk variabel: *Lav tilfredshed med livet* (værdier fra 1 – 2), *Middel tilfredshed med livet* (værdier fra 2,1 – 3,5) og *Høj tilfredshed med livet* (3,6 – 4). De uafhængige variabler (relationsindeksene, organiserede fritidsvariabler, mestring og køn) er dummyvariabler, mens klassetrin benyttes som kontinuerlig variabel, da den allerede er på intervalniveau, og variabelen socioøkonomisk baggrund benyttes som et indeks.

**Tabel 2: Deskriptiv oversigt af fordelingen af alle uafhængige variabler på den afhængige variabel.**

	Missing / %	N / %	lav tilfredshed med livet (1-2)	Middel tilfredshed med livet (2,1-3,5)	Høj tilfredshed med livet (3,6 - 4)	Total
<b>Relation til forældre***</b>	4 / 0,0	10273				
Svag/middel relation til forældre		5559 / 54,1	13,3 %	68,9 %	17,8 %	100 %
Stærk relation til forældre		4714 / 45,9	3,6 %	56,0 %	40,4 %	100 %
<b>Relation til venner***</b>	1 / 0,0	10276				
Svag/middel relation til venner		2285 / 22,2	18,8 %	66,7 %	14,6 %	100 %
Stærk relation til venner		7991 / 77,8	6,1 %	61,9 %	32,0 %	100 %
<b>Relation til skole***</b>	1 / 0,0	10276				
Svag/middel relation til skolen		5051 / 49,1	15,7 %	69,5 %	14,9 %	100 %
Stærk relation til skolen		5225 / 50,8	2,4 %	56,7 %	41,0 %	100 %
<b>Organiserede fritidsaktiviteter***</b>	1009 / 9,8	9268				
Ikke deltaget i fritidsaktiviteter		2119 / 20,6	14,9 %	63,9 %	21,2 %	100 %
Deltaget i fritidsaktivitet		7149 / 69,6	7,3 %	62,6 %	30,1 %	100 %
<b>Idræt ***</b>	240 / 2,3	10037				
Ikke deltaget i idræt		4108 / 40	13,6 %	64,8 %	21,6 %	100 %
Deltaget i idræt		5929 / 57,7	5,6 %	61,5 %	32,9 %	100 %
<b>Anden organiseret aktivitet</b>	990 / 9,6	9287				
Ikke deltaget i anden aktivitet		4998 / 48,6	9,3 %	62,3 %	28,4 %	100 %
Deltaget i anden aktivitet		4289 / 41,7	9,1 %	62,9 %	28,0 %	100 %
<b>Både deltaget i anden aktivitet og idræt***</b>	1009 / 9,8	9268				
Ikke deltaget eller deltaget i én aktivitet		6848 / 66,6	10,1 %	63,3 %	26,7 %	100 %
Deltaget i både idræt og anden aktivitet		2420 / 23,5	6,1 %	61,8 %	32,1 %	100 %
<b>Mestring ***</b>	466 / 4,5	9811				
Lav/middel mestring		5734 / 55,8	13,3 %	71,2 %	15,6 %	100 %
Høj mestring		4077 / 39,7	2,6 %	51,4 %	46,0 %	100 %
<b>Køn***</b>	543 / 5,3	9734				
Drenge		4844 / 47,1	5,3 %	57,6 %	37,1 %	100 %
Piger		4890 / 47,6	12,3 %	68,4 %	19,3 %	100 %
<b>Klassetrin***</b>	20 / 0,2	10257				
8. trinn		1975 / 19,2	4,5 %	55,2 %	40,4 %	100 %
9. trinn		1903 / 18,5	9,0 %	63,5 %	27,4 %	100 %
10. trinn		1857 / 18,1	10,6 %	64,6 %	24,9 %	100 %
VG1		1784 / 17,4	10,6 %	65,1 %	24,3 %	100 %
VG2		1515 / 14,7	9,8 %	66,3 %	24,0 %	100 %
VG3		1223 / 11,9	9,7 %	65,3 %	24,9 %	100 %
<b>Socioøkonomisk baggrund</b>	14 / 0,1	10263				
Lav søs		2034 / 19,8	9,4 %	62,1 %	28,5 %	100 %
Middellav søs		2128 / 20,7	9,2 %	62,7 %	28,1 %	100 %
Middel søs		2033 / 19,8	8,3 %	64,4 %	27,3 %	100 %
Middeelhøj søs		2029 / 19,7	9,7 %	62,3 %	28,0 %	100 %
Høj søs		2039 / 19,8	7,9 %	63,1 %	28,9 %	100 %

\*p < 0,05; \*\*p < 0,01; \*\*\*p < 0,001

Første del af krydstabellen illustrerer fordelingen på den afhængige variabel ud fra de uafhængige variabler, der handler om *unges relationer til forældre, venner og skole, deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter og mestring*. Alle disse fordelinger er signifikant forskellige med undtagelse af variabelen '*deltagelse i anden organiseret aktivitet*'.

Tabellen viser, at der er tydelige forskelle i fordelingen af unges livstilfredshed ud fra *relation til forældre*. 17,8 % af unge, der karakteriseres med svag eller middel relation til forældre, rapporterer, at de har høj tilfredshed med livet, mens denne andel er 40,4 % for de unge, som kan karakteriseres med stærk relation til forældre. Samtidig fremgår det af tabellen, at færre unge med stærk relation til deres forældre rapporterer om lav tilfredshed med livet (3,6 %) sammenlignet med de unge, som har svag eller middel relation til deres forældre (13,3 %).

Samme tendens gør sig gældende ud fra variabelen om unges *relationer til jævnaldrende*. Af de unge, som har middel eller svag relation til jævnaldrende, er en højere procentandel repræsenteret i den laveste livstilfredshedskategori (18,8 %), sammenlignet med unge, som har stærke relationer til venner (6,1 %). Derudover rapporterer 32% af unge med stærke relationer til jævnaldrende, at de i høj grad er tilfredse med livet, mens denne andel kun er 14,6 % for de unge, som har middel eller svage relationer til jævnaldrende.

Der er også tydelige forskelle i fordelingen af livstilfredshed, når det gælder *relation til skolen*. Langt flere unge, som har en svag eller middel relation til skolen, rapporterer om lav tilfredshed med livet (15,7 %) sammenlignet med de unge, som har stærk relation til skolen. Her er andelen kun 2,4 %. Derudover befinder 41 % unge sig i den højeste livstilfredshedskategori af dem som har stærk relation til skolen, mens dette tal er 14,9 % for dem, som kan karakteriseres med svag eller middel relation til skolen.

Ungefordeling på livstilfredshed ud fra relationer til forældre, venner og skole understøtter opgavens hypotese 1, hvor antagelsen er, at stærke relationer er relateret til høj livstilfredshed.

Når det gælder unges *organiserede fritidsaktiviteter* viser tabellen, at unge, der har deltaget i en aktivitet mindst én gang den sidste måned, rapporterer om højere livstilfredshed (30,1 %) i forhold til unge, som ikke har deltaget i nogen aktivitet den sidste måned (21,2 %). 14,9 % af unge, der ikke har deltaget i nogen form for aktivitet, rapporterer om lav livstilfredshed, mens denne andel falder til 7,3 % for unge, der har deltaget i en aktivitet. Dette understøtter studiets hypotese om, at unge, der deltager i organiserede fritidsaktiviteter, også rapporterer om højere tilfredshed med livet.

Hypotesen understøttes yderligere ved, at en større andel af unge som både har deltaget i anden aktivitet og i idræt har højere livstilfredshed (32,1 %) sammenlignet med unge som ikke har deltaget eller 'kun' deltaget i én ting (26,7 %). Dette tyder på, at unge, som kan karakteriseres som meget aktive med hensyn til deltagelse i organiserede aktiviteter i fritiden, har højere livstilfredshed, end de som er mindre aktive.

Af de unge, der deltager i idræt, rapporterer en større andel om høj tilfredshed med livet (32,9 %) end de unge, som ikke deltager i idræt (21,6 %). Når det gælder fritidsaktiviteter udenom idræt er der ingen betydelige forskelle i livstilfredsheden mellem unge som deltager i en organiseret fritidsaktivitet sammenlignet med dem som ikke gør (bemærk at dette resultat ikke er signifikant). Resultatet er med til at underbygge hypotesen om, at unges deltagelse i idræt har større betydning for livstilfredsheden end deltagelse i anden organiseret fritidsaktivitet.

Af tabellen ses tydelige forskelle i fordelingen af unges livstilfredshed, når det gælder *mestring*. Unge, der kan karakteriseres med lav eller middel mestring fordeler sig signifikant forskellig på den afhængige variabel sammenlignet med unge, som har høj mestring. Af de unge som kan karakteriseres med høj mestring rapporterer 46 % om høj livstilfredshed, og kun 2,6 % befinder sig i den laveste livstilfredshedskategori. Omvendt, af de unge, som kan karakteriseres med lav eller middel mestring, befinder 15,6 % sig i kategorien med højest livstilfredshed og 13,3 % befinder sig i den laveste livstilfredshedskategori. Det tyder derfor på, at unges oplevelse af mestring har betydning for deres oplevelse af livstilfredshed, hvilket understøtter opgavens hypotese 2.

Næste del af krydstabellen giver en oversigt over fordelingen af baggrundsvariablerne *køn*, *klassetrin* og *socioøkonomisk baggrund* på den afhængige variabel.

Tabellen viser, at der er signifikante kønsforskelle i fordelingen af livstilfredshed, idet næsten dobbelt så mange drenge (37,1 %) rapporterer, at de har høj tilfredshed med livet end det piger rapporterer (19,3%). Andelen af piger (12,3%), der har lav tilfredshed med livet, er over dobbelt så høj som andelen af drenge i samme kategori (5,3 %). Dette støtter opgavens hypotese om, at piger rapporterer om lavere livstilfredshed end drenge.

Elever på 8. klassetrin har den laveste andel i den laveste livstilfredshedsgruppe (4,5 %), og den højeste andel i den højeste livstilfredshedskategori (40,4%) sammenlignet med alle andre klassetrin. På de andre klassetrin er procentdelen af elever, som rapporterer om høj livstilfredshed faldet til henholdsvis 27 % og 24 %. Forskellene i livstilfredshed mellem alle

klasetrinnene bortset fra 8. klasse er ubetydelige små og giver derfor indtryk af, at alder ikke har betydning for livstilfredsheden, sådan som det er målt i dette studie.

Der er små forskelle i livstilfredsheden fordelt ud fra variabelen socioøkonomisk baggrund. Af unge, som befinder sig i den laveste søsgruppe rapporterer 9,4 % at de har lav tilfredshed med livet. Dette tal er 7,9 % for unge, som befinder sig i den højeste søsgruppe. Procentandelen i den højeste livstilfredshedskategori er stort set den samme for alle søsgrupperne, og det kan derfor ud fra denne model tyde på, at det konstruerede 'søsmål' ikke er godt nok til at indfange eventuelle forskelle i livstilfredshed ud fra unges socioøkonomiske baggrund. Det er vigtigt at pointere, at ingen af fordelingerne i søsgrupperne er signifikante.

Resultaterne fra krydstabelanalysen har givet et indtryk af, hvordan de uafhængige variabler fordeler sig ud fra livstilfredshed. Resultaterne fra korrelationsanalysen vil nu præsenteres med henblik på at afdække videre sammenhænge mellem den afhængige variabel og de uafhængige variabler samt sammenhænge mellem de uafhængige variabler. I tabel 3 ses korrelationstabellen foretaget på baggrund af det statistiske mål *Pearsons r*.

**Tabel 3: Korrelationstabel med alle variabler**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Tilfredshed med livet <sup>1</sup>	1											
2. Relation til forældre <sup>2</sup>	.42***	1										
3. Relation til venner <sup>3</sup>	.31***	.24***	1									
4. Relation til skole <sup>4</sup>	.49***	.35***	.36***	1								
5. Deltaget i fritidsaktivitet <sup>5</sup>	.13***	.03*	.01	.08***	1							
6. Deltaget i idræt <sup>6</sup>	.18***	.06***	.05***	.10***	.63***	1						
7. Deltaget i anden aktivitet <sup>7</sup>	.00	-.02	-.04***	-.01	.51***	.00	1					
8. Deltaget i både idræt og anden aktivitet <sup>8</sup>	.08***	.02	.00	.03**	.33***	.52***	.65***	1				
9. Mestring <sup>9</sup>	.48***	.24***	.21***	.31***	.06***	.11***	-.02	.05***	1			
10. Køn (1=drenge, 2=piger)	-.25***	.02	.08***	-.08***	-.04***	-.09***	.02***	-.04***	-.20***	1		
11. Klasetrin	-.12***	-.03***	.05***	-.05***	-.31***	-.32***	.18***	-.27***	.30**	0.00	1	
12. SØS	.00	.02*	.00	.02	.01	.02	.00	.00	.00	.01	0.1	1

\*p < 0,05; \*\*p < 0,01; \*\*\*p < 0,001

<sup>1</sup> 1 (lav tilfredshed med livet) – 4 (høj tilfredshed med livet)

<sup>2</sup> 1 (svag relation til forældre) – 4 (stærk relation til forældre)

<sup>3</sup> 1 (svag relation til venner) – 4 (stærk relation til venner)

<sup>4</sup> 1 (svag relation til skolen) – 4 (stærk relation til skolen)

<sup>5</sup> 1 (deltaget i fritidsaktiviteter) – 0 (ikke deltaget i fritidsaktiviteter)

<sup>6</sup> 1 (deltaget i idræt) – 0 (ikke deltaget i idræt)

<sup>7</sup> 1 (deltaget i anden aktivitet end idræt) – 0 (ikke deltaget i anden aktivitet end idræt)

<sup>8</sup> 1 (deltaget i både idræt og anden aktivitet) – 0 (hverken deltaget i idræt eller anden aktivitet)

<sup>9</sup> 1 (lav mestring) – 4 (høj mestring)

Tabellen viser, at der er en positiv moderat korrelation mellem tilfredshed med livet og relation til forældre (.42), relation til venner (.31) og til skolen (.49). Der kan argumenteres for, at sammenhængen mellem livstilfredshed og relation til forældre og skole udgør en høj korrelation med tanke på, at resultaterne bygger på individdata. Ovenstående sammenhænge er signifikante, hvilket betyder, at sandsynligheden for, at resultatet skyldes tilfældigheder er lav. Disse korrelationsmål er med til at støtte hypotesen om, at positive relationer til forældre, venner og skole har sammenhæng med unges livstilfredshed.

Endvidere ses det af tabellen, at korrelationen mellem livstilfredshed og relation til forældre er stærkere end korrelationen mellem livstilfredshed og relation til jævnaldrende. Dette resultat støtter op om hypotesen om, at forældre har større betydning for unges livstilfredshed end jævnaldrende har. Interessant er det, at skolen har den højeste korrelation med livstilfredshed sammenlignet med relation til forældre og venner, hvilket indikerer, at denne arena umiddelbart har størst betydning for unges livstilfredshed, sådan som det er målt i dette studie.

Når det handler om korrelationer mellem alle fritidsvariablerne og livstilfredshed ses det af tabellen, at der er en positiv lav sammenhæng (.13) mellem at deltage i en fritidsaktivitet og livstilfredshed. Det støtter op om hypotesen om, at deltagelse i en fritidsaktivitet er positivt forbundet til livstilfredshed. Den højeste korrelation er mellem idrætsvariablen og livstilfredshed (.18), hvilket støtter op om hypotesen om, at unges deltagelse i idræt er af større betydning end deltagelse i andre typer af organiserede aktiviteter. Der er en minimal positiv sammenhæng (.08) mellem livstilfredshed og de, som har deltaget i både idræt og anden aktivitet, hvilket ikke understøtter billedet af, at meget aktive unge rapporterer om høj livstilfredshed.

Der er en positiv moderat til høj korrelation mellem mestring og livstilfredshed (.48), hvilket støtter op om hypotesen om, at høj mestring er positiv forbundet med høj livstilfredshed.

Korrelationstabellen giver også mulighed for at se på sammenhænge *mellem de uafhængige variabler*. Her fremgår det, at mestring har en positiv moderat korrelation med de tre relationsvariabler: forældre (.24), venner (.21) og skole (.31). Alle disse sammenhænge er signifikante. Ud fra disse resultater tyder det på, at mestring og sociale relationer har en sammenhæng, hvilket umiddelbart støtter studiets hypotese om, at gode relationer styrker den unges mestringsfølelse. Af de tre relationsindeks korrelerer mestring stærkest med skolen, hvilket indikerer, at skolen er en vigtig arena for oplevelsen af mestring.



Med hensyn til fritidsvariablerne har mestring den stærkeste korrelation med deltagelse i idræt (.11) – dog en ganske lav positiv korrelation. Dette tyder på, at deltagelse i idræt kan være en arena, der giver de bedste forudsætninger for udvikling af mestring sammenlignet med andre organiserede fritidsarenaer.

Baggrundvariablerne *køn*, *klassetrin* og *socioøkonomisk baggrund* indgår også i korrelationstabellen. Her ses, at *køn* har en negativ lav til moderat korrelation med livstilfredshed (-.25) og med mestring (-.20), hvilket indikerer, at piger rapporterer om både lavere livstilfredshed og lavere mestring end det drenge gør. Resultater der støtter op om hypotese 3 og hypotese 4. Omvendt er der kun minimale sammenhænge mellem *køn* og relationsvariablerne, hvilket svækker hypotese 3, om at piger har bedre sociale relationer end drenge.

Klassetrin har en negativ lav korrelation med livstilfredshed (-.25), hvilket indikerer at de ældste rapporterer om lavere livstilfredshed end de yngste. Klassetrin har kun minimale korrelationer med relationsvariablerne, hvilket indikerer at der ikke er store forskelle i rapportering af relationer til forældre, venner og skole på tværs af alder. Derudover har klassetrin en negativ moderat korrelation (-.32) med idræt, hvilket tyder på at de yngre rapporterer om højere deltagelse i idræt sammenlignet med de ældre.

Af tabellen fremgår det at socioøkonomisk baggrund ikke er korreleret med nogen af de andre variabler i studiet, hvilket kan sætte spørgsmålstegn ved om det konstruerede 'søsmål' er godt nok.

### **6.3. Lineær multippel regressionsanalyse**

Regressionsanalysen i denne opgave er konstrueret som en hierarkisk regressionsmodel, hvor variablerne inkluderes sekvensielt. Det giver mulighed for at se, hvordan nye variabler ændrer effekten af de variabler, som allerede indgår i analysen (Christophersen, 2009). Dette er relevant i forhold til at undersøge studiets hypoteser, blandt andet hvordan *mestringsvariablen* påvirker effekten af variablerne om unges *sociale relationer*. I det følgende gøres der rede for, hvordan den hierarkiske regressionsmodel er konstrueret, og derefter følger en nærmere beskrivelse af resultaterne af regressionsanalysen.

Model 1 i regressionsanalysen indeholder variabelen *køn*. Denne variabel forklarer 6,5 % af den samlede varians i afhængig variabel. I Model 2 inkluderes variablerne om unges *relationer til*

forældre, venner og skolen. Den forklarede varians stiger markant til 37,9 %. I model 3 inkluderes variablerne om unges deltagelse i *organiserede fritidsaktiviteter*. Den forklarede varians forøges til 39,1 %. I model 4 inkluderes *mestringsvariablen* og her stiger den forklarede varians betydelig til 45,1 %. I model 5 inkluderes *baggrundsvariablerne* klassetrin og socioøkonomisk baggrund. Her stiger den forklarede varians til 45,8 %.

**Tabel 4: Hierarkisk multipel lineær regressionsanalyse**

Tilfredshed med livet										
	Model 1		Model 2		Model 3		Model 4		Model 5	
	B	Beta	B	Beta	B	Beta	B	Beta	B	Beta
konstant	3.55		1.05		.97		0.33		.46	
1. Køn (ref: drenge)	-.33***	-.25	-.31***	-.24	-.30***	-.23	-.23***	-.18	-.24***	-.18
2. Relation til forældre (1-4)			.36***	.27	.36***	.27	.31***	.23	.30***	.23
3. Relation til venner (1-4)			.25***	.15	.25***	.15	.19***	.11	.20***	.12
4. relation til skole (1-4)			.42***	.32	.41***	.31	.34***	.26	.34***	.25
5. Idræt (ref: ikke deltaget)					.16***	.12	.14***	.10	.09***	.07
6. Anden aktivitet (ref: ikke deltaget)					.05**	.04	.05**	.04	.03	.02
7. Både idræt og anden aktivitet (ref: ikke deltaget)					-.04	-.03	-.04	-.03	-.03	-.02
8. mestring (1-4)							.32***	.27	.32***	.28
9. klassetrin									-.04***	-.09
10. søs (1-3)									.00	.00
Justeret R2	6.5		37.9		39.1		45.1		45.8	

\*p < 0,05; \*\*p < 0,01; \*\*\*p < 0,001

Af model 1 fremgår det at pigers gennemsnitlige livstilfredshed falder med -.33 skalaenheder sammenlignet med drenge, hvilket støtter op om hypotesen, om at piger rapporterer om lavere livstilfredshed sammenlignet med drenge. Når der i model 2 kontrolleres for relationsvariablerne, så falder kønscoeffcienten en smule (B = -.31). Dette indikerer, at sociale relationer kun i begrænset omfang reducerer kønsforskellen i rapporteringen af livstilfredshed. Dermed støttes hypotese 3 kun delvist.

Model 2 viser endvidere, at alle relationsvariablerne er signifikant relateret til tilfredshed med livet, når der er kontrolleret for køn. Den ustandardiserede koefficient (B) viser, at jo bedre relation den unge har til sine forældre, venner og skole des højere bliver den unges gennemsnitlige livstilfredshed, hvilket støtter op om hypotese 1. Også hypotesen om at forældre

har større betydning for unges livstilfredshed end relation til venner støttes, da model 1 viser, at unges relation til deres forældre (Beta = .27) har større indflydelse på unges livstilfredshed end relationer til venner har (Beta = .15). Dog viser det sig, at unges relation til skolen har størst indflydelse på den gennemsnitlige livstilfredshed (Beta=.35) sammenlignet med relation til forældre og til venner. Endvidere vidner det om at unges relationer til forældre, venner og skole udgør vigtige aspekter for unges livstilfredshed (sådan som det er målt i dette studie), da den forklarede varians i model 2 udgør 37,9 %.

I model 3 inddrages variablerne om organiserede fritidsaktiviteter. De unge, som deltager i idræt i fritiden, har signifikant gennemsnitlig højere livstilfredshed sammenlignet med unge, som ikke deltager i idræt (B = .16). Deltagelse i anden organiseret fritidsaktivitet har kun minimal effekt for den gennemsnitlige livstilfredshed (B = .05), og det at deltage i både idræt og anden aktivitet er ikke signifikant relateret til livstilfredshed, men overraskende nok er betydningen negativ (B = -.04). Opsummeringsvis tyder det på, at det at deltage i fritidsaktiviteter, og specielt i idræt, er positivt forbundet til unges livstilfredshed og støtter hypotese 1. Derudover er der en antydning af (dog ikke signifikant), at det at være meget aktiv ikke er positivt relateret til unges livstilfredshed.

Der er stort set ingen ændringer i betydningen af relationsvariablerne, når der kontrolleres for fritidsvariablerne, hvilket støtter op om hypotesen, om at unges relationer til forældre, venner og skole er vigtige for unges livstilfredshed.

I model 4 kontrolleres der for mestring. For det første ses det, at den gennemsnitlige livstilfredshed stiger med .32 skalaenheder, når unges mestringsfølelse stiger. Dette når der er kontrolleret for køn, relationsvariabler og fritidsvariabler. Hypotesen om, at unge som rapporterer om høj mestring også rapporterer om høj livstilfredshed, kan derfor støttes. For det andet ses det af regressionsanalysen, at den ustandardiserede koefficient for relationsvariablerne reduceres betydelig, når der kontrolleres for mestring. Det betyder, at noget af sammenhængen mellem livstilfredshed og relationsvariablerne forsvinder, når mestringsvariablen inddrages. Med andre ord kan man sige, at noget af den effekt, som unges sociale relationer har på livstilfredshed går via mestring, hvilket støtter op om hypotese 2.

Effekten af fritidsvariablerne forbliver uændret med undtagelse af idræt, der falder en smule, når der kontrolleres for mestring. Der kan ud fra det tolkes, at noget af den effekt deltagelse i idræt har på livstilfredshed går gennem mestring, hvilket giver indtryk af, at idræt som social arena har størst betydning for udvikling af unges mestring sammenlignet med de andre

fritidsarenaer inkluderet i dette studie. Det støtter op om hypotesen om, at unges deltagelse i idræt har større betydning for livstilfredsheden end deltagelse i anden organiseret aktivitet.

Kønscoeffiecienten falder (-.23), når mestring inkluderes. Det vil sige, at noget af effekten fra køn forsvinder, når der kontrolleres for mestring. Det kan ud fra dette tolkes sådan, at der er en kønsforskel i rapportering af mestring, idet piger rapporterer om lavere mestring end drenge, hvilket støtter op om hypotese 4.

I model 5 kontrolleres der for klassetrin og socioøkonomisk baggrund. Socioøkonomisk baggrund har ingen effekt for unges gennemsnitlige livstilfredshed og vil derfor ikke blive kommenteret yderligere. Unges gennemsnitlige livstilfredshed falder med bare -.04 skalaenheder med alderen. Dette resultat tyder på, at alder ikke har nogen stor effekt på livstilfredsheden, sådan som det er målt i dette studie. Relationsvariablerne forbliver stort set uændret, når der kontrolleres for alder, hvilket tyder på at unges relationer til forældre, venner og skole er ens på tværs af alder. Endvidere fremgår det af model 5, at effekten af deltagelse i idræt falder en smule, når der kontrolleres for klassetrin. Dermed kan det tolkes sådan, at noget af forskellen i livstilfredshed handler om, at der er forskellig deltagelse i idræt på tværs af alder, sådan som det også fremgik af de bivariate analyser.

## **7. Diskussion**

I dette kapitel vil der først gives en opsummering af fundene fra analyserne samt hvorvidt studiets hypoteser kan støttes eller ikke. Dernæst vil resultaterne diskuteres i en social faglig kontekst. Der vil i denne diskussion lægges vægt på, hvordan social kapital kan bruges som teoretisk værktøj i socialt arbejde med henblik på at fremme unges livstilfredshed. Afslutningsvis vil studiets begrænsninger diskuteres og forslag til videre forskning vil præsenteres.

### **7.1. Fund og hypoteser**

Resultater fra den univariate analyse viste, at gennemsnittet for unges livstilfredshed ligger over middel (3,05), hvilket indikerer, at de fleste unge rapporterer, at de er tilfredse med deres livssituation. Et resultat der går igen i tidligere forskning (McCullough, Huebner & Laughlin, 2000; Proctor et al., 2009). Dette er positivt både i et samfundsperspektiv og for den enkelte

unge. Derudover kan resultatet udfordre den dominerende fortælling, der hersker i medie billedet, om en ungdomsgeneration præget af pres og med psykiske problemer<sup>12</sup>.

Endvidere støtter resultaterne op om studiets hypotese om, at *gode relationer til forældre, venner og skole har betydning for unges rapportering af høj livstilfredshed*. Resultater der også findes i tidligere forskning (Danielsen et al., 2009; Gilman & Huebner, 2003; Piko & Hamvai, 2010; Proctor et al., 2009). Dette er i tråd med den stigende bevidsthed om, at unges sociale netværk og sociale relationer spiller en vigtig rolle for sundhed og trivsel (Bassani, 2007; Morrow, 1999).

Hypotesen om at relationer til *forældre har større betydning for livstilfredsheden end relationer til venner, understøttes også af studiets resultater*. Et tidligere studie fandt samme resultat (Dew & Huebner, 1994). Et billede, der også stemmer overens med det, der aftegnes på baggrund af nye tal fra ungdataundersøgelsen. Her rapporterer størstedelen af Norges unge, at de har et tillidsfuldt forhold til deres forældre på alle klassetrin i ungdomskolen og i videregående skole (Bakken, 2017). Dog må man ikke underkende unges egne venskaber og fællesskaber som en vigtig betydning for livstilfredshed. En dimension som flere påpeger har været undervurderet i forskning og litteratur om social kapital (Bassani, 2007; Morrow, 1999; Sletten, 2013). Resultaterne fra dette studie viser, at relation til venner har betydning for unges rapportering af livstilfredshed.

Hypotesen, om at unges *deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter har positiv betydning for livstilfredsheden, støttes også*. Dog er betydningen af deltagelse i fritidsaktiviteter langt mindre for livstilfredsheden end unges relationer til forældre, venner og skole. Dette resultat er overraskende med tanke på tidligere forskning, der finder, at selvvalgte fritidsaktiviteter kan have større betydning for livstilfredsheden end for eksempel skolen (Danielsen et al., 2009). Et andet overraskende resultat er, at det kan tyde på, at unge som er meget aktive – deltager både i idræt og andre aktiviteter – har lavere livstilfredshed end andre unge. Dog er disse forskelle minimale og ikke signifikante, men det havde været interessant at undersøge denne dimension om mængden af deltagelse nærmere. Derudover viser resultaterne at unges deltagelse i idræt har størst betydning for livstilfredsheden af fritidsvariablerne, og hermed *støttes hypotesen om, at idræt har større betydning end andre aktiviteter*.

---

<sup>12</sup> Eksempler på det er serier som ”sykt perfekt”, som blev vist på TV” efteråret 2015, ”Jeg mot meg” som gik på NRK1 foråret 2016 og avisartikler som denne: <https://www.aftenposten.no/norge/i/9m6Pl/De-sykt-flinke>

Endvidere kan der på baggrund af studiets resultater argumenteres for, at mestring er en vigtig personlig egenskab for unge i rapporteringen af livstilfredshed. For det første fremgår det af resultaterne, at unges mestringsfølelse udgør den største forklaringsfaktor for livstilfredsheden af alle inkluderede variabler. For det andet viser resultaterne, at unges relationer til forældre, venner og skole har sammenhæng med deres mestringsfølelse. Det kan tolkes sådan, at unge, der oplever at have gode relationer til forældre, venner og skole, rapporterer om højere mestring end unge, som ikke har gode relationer, og dermed også om højere livstilfredshed. Derudover tyder det på, at idræt er den organiserede fritidsarena, der har størst betydning for unges mestring.

Dette indikerer, at gode sociale relationer samt deltagelse i idræt er vigtige for unges udvikling af mestring og studiets hypotese 2 understøttes. Dette er i tråd med et andet studie, der finder, at børn med høj grad af mestring oplever at have opbygget kompetencer inden for forskellige domæner, blandt andet det sociale og sportslige (Cole, Jacquez & Maschman, 2001).

Opgavens hypotese 3 havde til hensigt at undersøge unges livstilfredshed i et kønsperspektiv. Resultaterne støtter op om hypotesen, om at der er ganske store *kønsforskelle i rapporteringen af livstilfredshed*, da langt flere piger rapporterer om lavere livstilfredshed end drenge. En norsk undersøgelse fandt samme tendens i rapportering af livstilfredshed (Universitetet i Bergen, 2016). Dette kan ses som en parallel til forskning om psykiske problemer blandt unge, hvor man finder, at specielt unge piger rapporterer om depressive plager, ensomhed og pres (Bor, Dean, Najman & Hayatbakhsh, 2014; Sletten & Bakken, 2016). Når det gælder sociale relationer og kønsforskelle har tidligere forskning vist, at piger har generel højere social kompetence og større prosocial adfærd end drenge (Bø & Schiefloe, 2007). Dette blev kun støttet i begrænset omfang ud fra studiets resultater, hvilket indikerer, at pigerne i dette studie ikke rapporterer om stærkere og bedre sociale relationer end drengene gør. Derfor kan *studiets hypotese 3 kun delvis støttes*.

Resultaterne viste endvidere, at piger rapporterer om lavere mestring end drenge. Dette fund *støtter op om studiets hypotese 4*, hvor noget af kønsforskellen i rapportering af livstilfredshed kan forklares med, at piger rapporterer om lavere mestring.

## **7.2. Et forebyggende og sundhedsfremmende perspektiv på psykisk sundhed**

Med inspiration fra den positive psykologi har denne opgave haft til hensigt at bidrage til øget viden, om hvad der kendetegner unge, der rapporterer om *høj livstilfredshed*. Denne indgangsvinkel til psykisk sundhed er særlig relevant i et forebyggende og sundhedsfremmende perspektiv. Et perspektiv, som synes at få større tyngde i en politisk og sundhedsfaglig kontekst. Flere rapporter, programmer og strategier er i den sidste årrække blevet udgivet med fokus på forebyggelse og sundhedsfremme af psykisk sundhed (Helsedirektoratet, 2017) (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017; Nasjonalt folkehelseinstitutt, 2011)

I en rapport, udgivet af helsedirektoratet i 2014, efterspørges der viden, om hvilke faktorer der kan bidrage til menneskers trivsel. Det slås fast, at: »Vi må samle og formidle kunnskap om miljø- og samfunnsfaktorer som har betydning for psykisk helse og trivsel, og denne kunnskapen må legges til grunn for tiltak og brukes i samfunnsplanleggingen generelt» (Helsedirektoratet, 2014, s. 5).

Dette studie har haft til hensigt at bidrage til indsamling af viden om faktorer, der har betydning for at øge livstilfredsheden blandt unge. Resultaterne fra dette studie har vist, at sociale og personlige faktorer er væsentlige for unges livstilfredshed. Resultater der stemmer overens med anden forskning. Hvordan denne viden om sundhedsfremmende faktorer kan være relevant for socialt arbejde, vil diskuteres i det følgende.

## **7.3. Sundhedsfremmende arbejde og social kapital i en social faglig kontekst**

Skal vi få til en forebyggingskultur, må vi kanskje først se utover helsevesenet. For i det forebyggende psykiske helsearbeidet kan tiltak knyttet til samfunnsøkonomi, arbeidsliv, boforhold, skoler, barnehager, familieliv og livsstil være vel så virkningsfulle som tiltak i helsevesenet. (Nasjonalt folkehelseinstitutt, 2011, s. 6)

Ovenstående uddrag knytter det forebyggende psykiske sundhedsarbejde til en række forskellige sider ved menneskets livssituation der rækker udover sundhedsvæsenet. En pointe, der er aktuell for socialt arbejde, og den rolle som socialarbejderen kan have for at bidrage til en forebyggelseskultur.

Dette studie fandt, at unges relationer i centrale sociale arener (forældre, venner, skole og organiserede fritidsaktiviteter) har sammenhæng med livstilfredshed og kan karakteriseres som

*sundhedsfremmende faktorer*. Med inspiration fra teori om social kapital kan ovenstående sammenhænge forstås i lyset af, at *gode relationer kan give adgang til fordele og ressourcer*, der har betydning for den unges positive psykiske sundhed. Denne forståelse af social kapital teori kan socialarbejderen bruge som indgangsvinkel i det forebyggende psykiske sundhedsarbejde. Et argument, der understøttes af Nysæther, da han skriver at ”(...) social kapital begrebet ligger nær det som defineres som kjerneaktiviteter i socialt arbejde” (2004, s. 64). International federation of Social Workers lægger i sin definition af socialt arbejde vægt på, at socialarbejderen intervenserer i situationer, hvor mennesket samhandler med sine omgivelser med sikte på problemløsning (Levin, 2004). Med andre ord retter socialt arbejde ”(...) sin opmærksomhed mot relasjonene mellom personen og dens omgivelser» (Levin, 2004, s. 10).

Disse definitioner af socialt arbejde betoner således arbejdet med relationer. Relationer udgør en vigtig dimension i social kapital teori sådan som teorien fremstilles i denne opgave. Dette lægger op til en videre drøftelse, af hvordan socialt arbejde<sup>13</sup> med udgangspunkt i social kapital teori kan arbejde forebyggende og sundhedsfremmende med unges psykiske sundhed.

Set i lyset af begrebet *stærke sociale bånd*, kan unges nære relationer til forældre forstås som en vigtig arena for at fremme psykisk sundhed og livtilfredshed, da disse bånd kan give unge en socialt støtte og oplevelse af at høre til. Resultaterne fra dette studie støtter dette. For at unge skal drage fordel af de stærke bånd, er det vigtigt at *kvaliteten* mellem unge og forældrene er god. Et højt konfliktniveau eller en relation, der ikke er præget af åbenhed og tillid, kan svække udviklingen af social kapital. Et forebyggende og sundhedsfremmende tiltag kan i denne henseende handle om, at unge *oplyses* om, at de kan søge familierådgivning, hvis de oplever vanskeligheder eller konflikter i familien<sup>14</sup>. Unge skal opleve, at terskelen for at søge hjælp og støtte er lav. Den unge og familien kan således få hjælp og rådgivning til at arbejde med den *funktionelle del af social kapital* – kvaliteten af samspillet mellem den unge og forældrene eller familien som helhed – og derved forebygge, at konflikter og unges relationer til forældrene forværres.

---

<sup>13</sup> Socialt arbejde skal i denne opgave forstås som en samlet betegnelse for fagfolk inden for forskellige arenaer. Fælles er, at de arbejder inden for fagfeltet socialt arbejde, hvor hensigten er at hjælpe mennesker med at løse deres sociale problemer og bidrage til at bedre folks trivsel (Levin, 2004).

<sup>14</sup> Familievernet er en specialtjeneste som giver tilbud om behandling og rådgivning til alle som oplever vanskeligheder, konflikter eller kriser i familien. Familievernet tar imod enkeltpersoner, par og familier. [https://www.bufdir.no/Familie/Om\\_familievernet/](https://www.bufdir.no/Familie/Om_familievernet/)



I flere artikler, der beskæftiger sig med social kapital teori, er der blevet argumenteret for at *unges egne fællesskaber* er en vigtig dimension for udvikling af social kapital – blandt andet i form af social støtte og oplevelsen af tilhørsforhold – og dermed vigtig for unges trivsel (Sletten, 2013). Skolen og fritidsaktiviteter kan udgøre sociale arenaer, hvor unges egne venskaber og fællesskaber kan blomstre.

Dette studies resultater viste, at især unges relation til skolen har stor betydning for livstilfredsheden. Skolen kan være en arena, hvor både *stærke og svage sociale bånd* kan udspille sig. Unge kan knytte nære venskaber med jævnaldrende, der kan medføre oplevelse af tillid, støtte og bekræftelse. Samtidig kan skolen være en arena, hvor den unge kan opleve at være en del af et større fællesskab, hvilket kan give erfaringer med mangfoldighed og respekt for forskelligheder. Derudover kan svage sociale bånd være en ressource for den unge med hensyn til at få adgang til information om for eksempel studier eller jobmuligheder (Sletten, 2013). Der er således et stort potentiale i at arbejde for et sundhedsfremmende skolemiljø, præget af et godt læringsmiljø og positive relationer mellem eleverne, hvilket understøttes af et uddrag fra helsedirektorates rapport: »Et godt læringsmiljø kan gi mange gode oplevelser av fellesskap og mestring, faktorer som kan styrke og virke beskyttende på barns psykiske helse» (Helsedirektoratet, 2014, s. 17).

Ovenstående uddrag påpeger, hvordan skolen også kan være en arena for oplevelse af *mestring*. Dette er i tråd med dette studies resultater, der for det første viste, at mestring er en vigtig ressource for unges rapportering af livstilfredshed og for det andet viste, at skolen har sammenhæng med mestring. En forklaring på, at skolen kan bidrage til mestring, kan hænge sammen med, at unge kan opleve at stå over for andre krav og udfordringer i denne arena end for eksempel i familien eller i venskaber. Læringsituationer kan give mulighed for, at den unge oplever at være i stand til at håndtere og mestre udfordringer. I den forbindelse er et læringsmiljø præget af tryghed og støtte vigtigt. Det at opleve, at læreren er der for den enkelte, og at den unge føler at han eller hun passer ind, er forudsætninger for, at den unge kan tage imod læring og udvikle kompetencer og dermed også have bedre forudsætninger for at takle udfordringer og derigennem udvikle mestring. Dette støttes af et norsk studie, der finder at skolerelateret støtte har sammenhæng med unges udvikling af generel mestring (Danielsen et al., 2009).

Resultater fra dette studie viste også, at unges relationer til forældre og venner er vigtige for unges mestring. I en social kapital kontekst giver dette fund grund til at reflektere over, at unges oplevelse af social støtte og tillid i sine netværk kan medføre, at den unge får en øget tiltro til

sig selv. Når den unge ikke oplever at stå alene med sine problemer, men kan søge støtte og hjælp i sine relationer med forældre og venner, kan det fremme muligheden for at den unge kan takle det, som er svært. Dette understreger vigtigheden, i at socialt arbejde fokuserer på tiltag, der kan fremme unges sociale relationer med forældre og jævnaldrende med henblik på at fremme den unges positive psykiske sundhed og tilfredshed med livet.

Et andet perspektiv, der er relevant i en social faglig kontekst, handler om at give unge *oplæring i færdigheder til at håndtere negative tilbagemeldinger og stress*. Et forebyggende tiltag, der fremlægges i rapporten ”*Psykisk helse og trivsel i folkehelsearbejdet*” (2014, s.5), hvor formålet er at forbedre den unges kompetence til at takle forskellige situationer – mestringskompetence. I et samfundsperspektiv, hvor der stilles høje krav til den enkelte, og hvor mange unge rapporterer om stress, kan dette tiltag være særlig relevant, da den unge opbygger kompetencer til at takle modstand og vanskelige situationer. Ligeledes kan arbejdet med at fremme unges mestringskompetence ses som særlig vigtig for denne aldersgruppe, da denne periode i livet kan byde på mange udfordringer (Caprara et al., 2004).

Det kan tyde på at især piger kan opleve denne periode i livet som udfordrende med tanke på at de rapporterer om både lavere livstilfredshed – som i dette studie – og om flere psykiske problemer end drenge (Bor et al., 2014). Denne kønsdimension bør tages alvorligt og der bør ”(...) rettes mer oppmerksomhet mot sosialisering til kvinnerollen, og hvordan en kan støtte opp om mer positive opplevelser for jentene gjennom oppveksten» (Universitetet i Bergen, 2016, s. 39). I den forbindelse er der grund til at reflektere over, hvordan man kan arbejde med pigers mestringskompetence, da resultaterne fra dette studie har vist at mestring kan fungere som en buffer mod lavere livstilfredshed.

Arbejdet med unges mestringskompetencer kan også være et vigtigt tiltag med henblik på at fremme unges sociale relationer. Man kan forestille sig at unge, der oplever at have en generel tro på sig selv tør at springe ud i nye ting – for eksempel begynde på en fritidsaktivitet. Det kan åbne muligheder for etablering af nye bekendtskaber og venskaber, hvilket i sidste ende kan fremme den unges livstilfredshed.

Netop deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter havde en positiv sammenhæng med rapportering af livstilfredshed for unge i dette studie. I et socialt kapital perspektiv kan deltagelse i fritidsaktiviteter være en arena, der giver mulighed til at knytte nære venskaber med jævnaldrende, men også for at udvikle relationer med andre støttende og tillidsfulde voksne. Man kan forestille sig, at dette kan være vigtig for unge, som har en mindre god relation med

deres forældre. Her kan en sådan voksen have *en kompenserende effekt*, jævnfør figur 1 i sektion 3.3. Derudover kan deltagelse i fritidsaktiviteter være en platform, hvor unge kan etablere bekendtskaber i form af *svage sociale bånd*. Sådanne netværk kan give mulighed for, at den unge kan opnå andre former for ressourcer og fordele end ved stærke sociale bånd. For eksempel kan den unge gennem sine svage sociale bånd få adgang til information om fritidsjob. Med andre ord kan disse bånd skabe stier til nye netværk og andre arenaer.

I denne sammenhæng kan sundhedsfremmende tiltag handle om, at kommunen har et mangfoldigt tilbud af fritidsaktiviteter, og at unge oplyses om muligheder og ikke mindst opmuntres til deltagelse. I den forbindelse kan det sociale arbejde bestå i *opsøgende arbejde*, hvor man i dialog med unge kan få information om, hvad der interesserer og rører sig i ungdomsmiljøene og dermed tilrettelægge fritidsaktiviteter ud fra denne viden.

Dette studie viste at deltagelse i *idræt* er en specifik fritidsarena, der har sammenhæng med unges rapportering af høj livstilfredshed. Dette fund kan være et vigtigt bidrag i det sundhedsfremmende arbejde med henblik på at rette opmærksomheden mod unges *muligheder* for at deltage i idræt. Har alle unge mulighed for at deltage i idræt uanset socioøkonomisk baggrund? Og hvilke idrætstilbud er tilgængelige for de unge på tværs af alder? Dette studie viste, at de ældste unge rapporterede om mindre deltagelse sammenlignet med de yngre. Det kan af den grund være aktuelt at reflektere over, hvordan man på bedst mulig måde kan tilrettelægge for, at de ældste også deltager i idræt.

Der kan være flere grunde til at deltagelse i idræt udgør en vigtig sundhedsfremmende faktor. For det første er det en generel opfattelse, at det at være fysisk aktiv er forbundet positivt til psykisk sundhed (Universitetet i Bergen, 2016). En anden mulig forklaring er, at idræt kan være en arena, hvori unge mødes om en fælles og konkret interesse, og hvor der ofte er klare rammer for aktiviteten. Med andre ord er denne arena præget af *fælles værdier*, hvilket i en social kapital forståelse er en vigtig forudsætning for det funktionelle element af social kapital og dermed for unges livstilfredshed. I en socialfaglig kontekst kan der ligge et sundhedsfremmende potentiale i at rette opmærksomheden mod unges *værdier og normer*. Nysæther (2004, s. 69) formulerer følgende: «Manglende eller uhensigtsmessige verdier kan være grunn til holdninger og atferd som står i veien for å inngå i sosiale relasjoner som gir tilgang til sosial kapital». Social arbejderens arbejde med unges værdier og normer kan i denne henseende forstås som grundlæggende, for at unge kan indgå i sociale netværk og dermed som afgørende for unges positive psykiske sundhed.

I det foregående er det blevet drøftet, hvordan det social faglige felt indeholder et stort potentiale med henblik på at arbejde med unges relationer og netværk som sundhedsfremmende faktorer. Det sociale arbejde kan tage udgangspunkt i social kapital som teoretisk værktøj i arbejdet med at fremme unges muligheder for at udvikle sunde og gode relationer til forældre, venner og skole samt til deltagelse i fritidsaktiviteter. Dette arbejde må ikke begrænse sig til én arena, men hellere være *multidimensionelt*. Jævnfør den såkaldte 'boosting effekt' i figur 1 i sektion 3.3., vil unge, der oplever at have adgang til høj social kapital i flere sociale arenaer også opleve højere grad af positiv psykisk sundhed.

Det er også blevet diskuteret, hvordan støttende relationer kan være vigtige for unges udvikling af mestring. I en ungdomstid præget af mange nye udfordringer og ikke mindst i en samfundstid, hvor den enkelte kan opleve høje krav og et stort ansvar, kan mestring være en vigtig personlig ressource. Et andet vigtigt tiltag kan være, at arbejde direkte med at fremme unges mestringskompetencer. Unge, som har en tro på sig selv og en tro til at takle udfordrende situationer, kan give blod på tanden til at springe ud i nye ting. Dette kan give mulighed for deltagelse i nye sociale arenaer, der kan udvide den unges netværk – både i form af stærke og svage sociale bånd – og dermed fremme den unges livstilfredshed.

#### **7.4. Begrænsninger for studiet**

Dette studie bygger på en forståelse af, at unges rapportering af *tilfredshed med livet som helhed er en form for sum af tilfredshed på forskellige livsdomæner*. Denne forståelse kan kaldes for en *bottom-up* tilgang (Helsedirektoratet, 2015). Omvendt vil nogen hævde, at livstilfredsheden skal forstås ud fra en *top-down* tilnærmelse, idet evalueringer af tilfredshed med livet på forskellige livsdomæner er påvirket af en persons generelle syn på livet. Det mest rimelige er nok at antage, at oplevelsen af livstilfredshed er et produkt af begge typer processer (Pavot & Diener, 2008). Selvom denne opgave begrænser sig til at forstå livstilfredshed ud fra en *bottom-up* tilnærmelse, hvor for eksempel unges relationer til forældre, venner og skole antages at ligge til grund for unges generelle vurdering af deres livstilfredshed, så kan denne årsagsretning ikke fastslås, da dette studie er et tværsnitdesign. Et longitudinale studiedesign vil være nødvendig for at undersøge årsagsretningen nærmere.

Med et kritisk blik på livstilfredshedsmaal er det oplagt at spørge, hvad man 'egentlig' måler. Diener diskuterer, at det er misvisende at forestille sig, at en person har en lagret livstilfredshedsdom liggende og blot rapporterer denne. I stedet ser det ud til, at respondenter

former en livstilfredshedsbedømmelse ud fra den situation de befinder sig i på et givet tidspunkt (2009, s. 48). Endvidere tyder det på, at rapporteringen kan præges af respondentens aktuelle humør og af hvilke minder og hvilke livsdomæner, der er fremtrædende på undersøgelsestidspunktet. Selv vejret kan have en indflydelse (Diener, Scollon & Lucas, 2009). For unge kunne man forestille sig at dette er særlig aktuelt. Tilværelsen som ung kan være præget af, at ting hurtigt kan ændre sig, og der er ikke samme stabilitet i livet, som man kan opleve som voksen. I den forbindelse kan en svaghed i dette studies livstilfredsheds mål være, at det indeholder en dimension i form af den unges *tilfredshed med sig selv*. Fordelen er dog, at studiet har et stort antal respondenter, og dermed kan dette jævne sig ud.

Dette studie har målt kvaliteten i unges relationer til forældre, venner og skole ud fra et samlemål. Begrænsningen ved dette indeks er, at det ikke får nuancer i relationen frem. Det betyder, at det ikke er muligt at undersøge, hvorvidt det er tillid, støtte eller konfliktniveauet i relationen til forældrene, som kan have størst betydning for rapporteringen af livstilfredshed.

Resultaterne fra analyserne viste, at unges relation til skolen har den stærkeste sammenhæng med livstilfredsheden. Det er overraskende, at skolen har større betydning end forældre og af den grund er det naturligt at sætte spørgsmålstejn ved konstruktionen af skoleindeksmålet for dette studie. Til forskel fra relationsindeksene til forældre og jævnaldrende, indeholder skolevariablen en emotionel komponent, hvor de unge bliver spurgt om de ofte *gruer* sig for at gå i skole. Der er grund til at antage, at denne emotionelle komponent i højere grad er forbundet med tilfredshed med livet og dermed fremstår som om dette mål har større sammenhæng.

Et andet overraskende fund i studiets analyser er, at unges socioøkonomiske baggrund ikke har nogen sammenhæng med rapportering af livstilfredshed. Anden forskning viser, at socioøkonomisk baggrund korrelerer med psykisk sundhed og herunder livstilfredshed (Piko & Hamvai, 2010). Derfor kan der sættes spørgsmålstejn ved, om det konstruerede mål af socioøkonomisk baggrund er godt nok. Et af spørgsmålene i variabelen handler om, hvor mange bøger som er i den unges hjem. Man kan argumentere for, at dette spørgsmål kan være et uddateret mål på kulturel kapital i en tid, hvor teknologien er fremherskende.

Dette studie har et sundhedsfremmende perspektiv til psykisk sundhed, hvilket gør det muligt at bidrage til en positiv, konstruktiv og fremadrettet diskussion, frem for at 'pege fingre' af det, der ikke fungerer. Det er dog vigtigt at påpege, at denne indgangsvinkel ikke har til hensigt at negligere, at psykiske gener og vanskeligheder er et problem for mange unge, og at dette skal

tages alvorligt. Sådan som jeg ser det, så må forskning og viden på det patologiske felt og den positive psykologi *supplere hinanden*.

### **7.5. Forslag til videre forskning**

Arbejdsprocessen med denne masteropgave har undervejs bidraget til overvejelser og refleksioner, omkring hvilke perspektiver og udvidelser inden for dette tema som kunne være interessante at undersøge nærmere. Af den grund vil dette afsnit drøfte forslag til videre forskning.

Denne opgave undersøger det såkaldte funktionelle element – kvaliteten i samspillet mellem unge og relationer i de sociale arenaer – og sammenhængen med livstilfredsheden. Det havde været interessant at nuancere og supplere dette, ved at inddrage variabler om strukturelle elementer – strukturerne i de unges netværk. For eksempel ville det være interessant at undersøge om kvaliteten i relation til forældre har betydning, for om den unge bor med en eller flere forældre eller om antal af søskende kan have en betydning.

Sociale medier har i dag en central rolle i unges liv. Unge har venner over internettet og deltager i andre virtuelle fællesskaber på de sociale medier. Af den grund havde det været interessant i kommende forskning at inddrage en dimension om unges sociale relationer på sociale medier og sammenhængen med unges rapporterede psykiske sundhed.

Resultaterne i dette studie viste, at unges deltagelse i idræt har en positiv sammenhæng med unges rapportering af livstilfredshed. På baggrund af dette fund havde det været interessant at undersøge denne sammenhæng nærmere. Kan mængden af idræt spille ind? Er der deltagelse i nogen typer af idræt, som kan have større betydning for unges positive psykiske sundhed end andre typer?

Som nævnt i foregående sektion, kan dette tværsnitstudie ikke sige noget om årsagssammenhænge mellem variablerne. For at afdække nærmere, hvorvidt for eksempel gode relationer kan påvirke unges mestring, havde det været interessant og nødvendigt at lave et studie baseret på et longitudine design.

Da dette studies analyser baserer sig på svar fra unge fra Bærum og Asker kommune, havde det været interessant at undersøge, hvorvidt studiets fund kan være generaliserende for alle Norges unge. Forslag til videre forskning ville da være at foretage et studie, hvor der trækkes et udvalg, der er repræsentative for alle Norges unge.

## **8. Konklusion**

Formålet med denne masteropgave har været at undersøge sammenhængen mellem unges livstilfredshed og sociale relationer samt mestring med social kapital som teoretisk referenceramme. Resultaterne har vist, at unge som rapporterer om støttende og tillidsfulde relationer til forældre, skole og venner også rapporterer om højere livstilfredshed. Derudover er unges deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter positiv forbundet til livstilfredsheden. Det viste sig at deltagelse i idræt har størst betydning for livstilfredsheden sammenlignet med andre aktiviteter. I en social kapital kontekst kan disse sammenhænge forstås i lyset af, at unge kan få adgang til fordele og ressourcer via deres relationer og deltagelse i sociale fællesskaber. Social kapital kan også forstås som en mobilisator for blandt andet udvikling af unges mestringsfølelse – en personlig ressource, der er vigtig for at fremme livstilfredsheden.

Disse resultater bidrager til øget viden om at unges relationer og mestringsfølelse kan forstås som sundhedsfremmende faktorer. Dette er vigtig viden for socialt arbejde, da dette felt har fokus på arbejdet med unge og deres relationer i forskellige kontekster. Denne opgave kan således bidrage til en social faglig refleksion, hvor målsætningen er at iværksætte sundhedsfremmende tiltag, der kan fremme unges positive psykiske sundhed.

## Litteraturliste

- Almquist, Y. B., Sahar; Ashir & Brännström, L. (2015). *A guide to quantitative methods* (version 1.0.3). Stockholm: Chess.
- Andersen, P. L. & Dæhlen, M. (2017). *Sosiale relasjoner i ungdomstida. Identifisering og beskrivelse av ungdom med svake relasjoner til foreldre, skole og venner.* (NOVA Rapport 8/2017). Oslo: NOVA.
- Ash, C. & Huebner, E. S. (2001). Environmental Events and Life Satisfaction Reports of Adolescents: A Test of Cognitive Mediation. *School Psychology International*, 22(3), 320-336. doi: 10.1177/0143034301223008
- Bakken, A. (2017). *Ungdata. Nasjonale resultater 2017.* (NOVA Rapport 10/17). Oslo: NOVA.
- Bakken, A., Frøyland, L. R. & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv. Hva sier Ungdata-undersøkelsene?* (NOVA Rapport 3/2016). Oslo: NOVA.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy : the exercise of control.* New York: Freeman.
- Bassani, C. (2007). Five Dimensions of Social Capital Theory as they Pertain to Youth Studies. *Journal of Youth Studies*, 10(1), 17-34. doi: 10.1080/13676260701196087
- Bor, W., Dean, A. J., Najman, J. & Hayatbakhsh, R. (2014). Are child and adolescent mental health problems increasing in the 21st century? A systematic review. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 48(7), 606-616. doi: 10.1177/0004867414533834
- Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. I J. G. Richardson (Red.), *Handbook for Theory and Research for the Sociology of Education* (s. 241-258). New York: Greenwood Press.
- Burger, K. & Samuel, R. (2017). The Role of Perceived Stress and Self-Efficacy in Young People's Life Satisfaction: A Longitudinal Study. *A Multidisciplinary Research Publication*, 46(1), 78-90. doi: 10.1007/s10964-016-0608-x
- Bø, I. & Schiefloe, P. M. (2007). *Sosiale landskap og sosial kapital : innføring i nettverkstenkning.* Oslo: Universitetsforlaget.
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C. & Cervone, D. (2004). The contribution of self-efficacy beliefs to psychosocial outcomes in adolescence: predicting beyond global dispositional tendencies. *Personality and Individual Differences*, 37(4), 751-763. doi: 10.1016/j.paid.2003.11.003
- Christophersen, K.-A. (2006). *Databehandling og statistisk analyse med SPSS* (3. utg.). Oslo: Unipub.



- Christophersen, K.-A. (2009). *Databehandling og statistisk analyse med SPSS* (4. utg.). Oslo: Unipub.
- Cole, D., Jacquez, F. & Maschman, T. (2001). Social Origins of Depressive Cognitions: A Longitudinal Study of Self-Perceived Competence in Children. *Cognitive Therapy and Research*, 25(4), 377-395. doi: 10.1023/A:1005582419077
- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *The American Journal of Sociology*, 94, 95-120.
- Danielsen, A., Samdal, O., Hetland, J. & Wold, B. (2009). School-Related Social Support and Students' Perceived Life Satisfaction. *The Journal of Educational Research*, 102(4), 303-318. doi: 10.3200/JOER.102.4.303-320
- Dew, T. & Huebner, E. S. (1994). Adolescents' perceived quality of life: An exploratory investigation. *Journal of School Psychology*, 32(2), 185-199. doi: 10.1016/0022-4405(94)90010-8
- Diener, E. (2009). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. I E. Diener (Red.), *Assessing well-being: the collected works of Ed Diener*. (s. 25-66). Dordrecht: Springer.
- Diener, E., Scollon, C. N. & Lucas, R. (2009). The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. I E. Diener (Red.), *Assessing well-being: the collected works of Ed Diener*. (s. 67-100). Dordrecht: Springer.
- Frøyland, L. R. (2017). Ungdata – Lokale ungdomsundersøkelser. Dokumentasjon av variablene i spørreskjemaet. Hentet fra: <http://www.ungdata.no/Forskning/Metode-og-dokumentasjon/Ungdata-dokumentasjonsrapport-2010-2019>
- Gilman, R. & Huebner, S. (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 192-205. doi: 10.1521/scpq.18.2.192.21858
- Halpern, D. (2005). *Social capital*. Cambridge: Polity Press.
- Hansen, E., Sund, E. R., Knudtsen, M. S., Krokstad, S. & Holmen, T. L. (2015). Cultural activity participation and associations with self-perceived health, life-satisfaction and mental health: the Young HUNT Study, Norway. *BMC Public Health*, 15:544(1). doi: 10.1186/s12889-015-1873-4
- Haug, V. & Horverak, S. (2009). Barns deltakelse og ressurstilgang på ulike nivåer sett i lys av sosial kapital. *Tidsskriftet Norges barnevern*, 86(02), 77-88.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2017). *Mestre hele livet - regjeringens strategi for god psykisk helse (2017-2022)* (08/2017.). Hentet fra

[https://www.regjeringen.no/contentassets/f53f98fa3d3e476b84b6e36438f5f7af/strateg\\_i\\_for\\_god\\_psykisk-helse\\_250817.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/f53f98fa3d3e476b84b6e36438f5f7af/strateg_i_for_god_psykisk-helse_250817.pdf)

Helsedirektoratet. (2014). *Psykisk helse og trivsel i folkehelsearbeidet* (Vol. 12/2014.). Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/891/Psykisk-helse-og-trivsel-i-folkehelsearbeidet-IS-2263.pdf>

Helsedirektoratet. (2015). *Well-being på norsk* (Vol. 06/2015.). Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/971/Well-being%20p%C3%A5%20norsk%20IS-2344.pdf>

Helsedirektoratet. (2017). *Program for folkehelsearbeide i kommunene 2017- 2027. En satsing for å fremme barn og unges psykiske helse og livskvalitet*. Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Documents/Folkehelsearbeid%20i%20kommunen/Program%20for%20folkehelsearbeid%20i%20kommunene%202017-2027.pdf>

Hermansen, Å. (2007). *Tillit til det kommunale selvstyret - lokalvalgundersøkelsen 2003*. Upubliceret materiale. Institutt for statsvitenskap, Oslo.

Huebner, E. S. (2004). Research on Assessment of Life Satisfaction of Children and Adolescents. *Social Indicators Research*, 66, 3-33. doi: 10.1023/B:SOCI.0000007497.57754.e3

Huebner, E. S., Gilman, R. & Ma, C. (2012). Perceived quality of life of children and youth. I K. C. Land et. al (Red.), *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research* (s. 355-372) doi: 10.1007/978-94-007-2421-1\_16

Ileris, K., Katznelson, N., Nielsen, J. C., Sørensen, N. U. & Simonsen, B. (2009). *Ungdomsliv: mellom individualisering og standardisering*. Frederiksberg: Samfundslitteratur.

Johannessen, A. (2008). *Introduksjon til SPSS. Versjon 17* (4. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.

Johannessen, A., Tufte, P. A. & Christoffersen, L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.

Leganger, A., Kraft, P. & Røysamb, E. (2000). Perceived self-efficacy in health behaviour research: Conceptualisation, measurement and correlates. *Psychology and Health*, 15(1), 51-69. doi: 10.1080/08870440008400288

Levin, I. (2004). *Hva er sosialt arbeid*. Oslo: Universitetsforlaget.

Luszczynska, A., Gutiérrez-Doña, B. & Schwarzer, R. (2005). General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International Journal of Psychology*, 40(2), 80-89. doi: 10.1080/00207590444000041

- Maton, K. I. (1990). Meaningful involvement in instrumental activity and well-being: Studies of older adolescents and at risk urban teen-agers. *American Journal of Community Psychology*, 18(2), 297-320. doi: 10.1007/BF00931306
- McCullough, G., Huebner, E. S. & Laughlin, J. E. (2000). Life events, self-concept, and adolescents' positive subjective well-being. *Psychology in the Schools*, 37(3), 281-290. doi: 10.1002/(SICI)1520-6807(200005)37:3<281::AID-PITS8>3.0.CO;2-2
- Morrow, V. (1999). Conceptualising Social Capital in Relation to the Well-Being of Children and Young People: A Critical Review. *The Sociological Review*, 47(4), 744-765. doi: 10.1111/1467-954X.00194
- Nasjonalt folkehelseinstitutt. (2011). *Bedre føre var... Psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger* (01/2011). Hentet fra [https://www.fhi.no/publ/2011/bedre-fore-var---psykisk-helse-hels/?pid=239&trg=Content\\_6503&Main\\_6157=6246:0:25,5498&MainContent\\_6246=6503:0:25,5508&Content\\_6503=6259:87775:25,5508:0:6250:128:::0:0](https://www.fhi.no/publ/2011/bedre-fore-var---psykisk-helse-hels/?pid=239&trg=Content_6503&Main_6157=6246:0:25,5498&MainContent_6246=6503:0:25,5508&Content_6503=6259:87775:25,5508:0:6250:128:::0:0)
- Natvig, G. K., Albrektsen, G. & Qvarnstrøm, U. (2003). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 9(3), 166-175. doi: 10.1046/j.1440-172X.2003.00419.x
- Netemeyer, R. G., Bearden, W. O. & Sharma, S. (2003). *Scaling procedures: issues and applications*. Thousand Oaks, Californien: Sage Publications.
- Neto, F. (1993). The Satisfaction with Life Scale: Psychometrics Properties in an Adolescent Sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22(2), 125-134. doi: 10.1007/BF01536648
- Norges forskningsråd. (2005). *Sosial kapital: klargjøring av ulike perspektiver på sosial kapital; kunnskapsstatus, funn og forskningsbehov; forslag til en videre satsing på forskning om sosial kapital i Norge*. Oslo: Norges forskningsråd.
- Nysæther, L. A. (2004). Kan begrepet sosial kapital anvendes i sosialt arbeid? *Nordisk sosialt arbeid*, 24(1), 63-76.
- Nørby, S. & Myszak, A. (2008). Indledning. I A. Myszak & S. Nørby (Red.), *Positiv Psykologi - en introduktion til videnskaben om velvære og optimale processer* (s. 13-22). København: Hans Reitzels Forlag.
- Oberle, E., Schonert-Reichl, K. A. & Zumbo, B. D. (2011). Life Satisfaction in Early Adolescence: Personal, Neighborhood, School, Family, and Peer Influences. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(7), 889-901. doi: 10.1007/s10964-010-9599-1
- Oosterhoff, B., Kaplow, J. B., Wray-Lake, L. & Gallagher, K. (2017). Activity-specific pathways among duration of organized activity involvement, social support, and

- adolescent well-being: Findings from a nationally representative sample. *Journal of Adolescence*, 60, 83-93. doi: 10.1016/j.adolescence.2017.07.012
- Pavot, W. & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *Dedicated to furthering research and promoting good practice*, 3(2), 137-152. doi: 10.1080/17439760701756946
- Piko, B. F. & Hamvai, C. (2010). Parent, school and peer-related correlates of adolescents' life satisfaction. *Children and Youth Services Review*, 32(10), 1479-1482. doi: 10.1016/j.chilyouth.2010.07.007
- Portes, A. (1998). Social Capital: Its origins and applications in modern sociology. *Annu. Rev. Sociol.*, 24, 1-24.
- Proctor, C., Linley, P. & Maltby, J. (2009). Youth Life Satisfaction: A Review of the Literature. *J Happiness Stud*, 10, 583-630. doi: 10.1007/s10902-008-9110-9
- Putnam, R. D. (1993). *Making democracy work : civic traditions in modern Italy*. Princeton, N.J: Princeton University Press.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone : the collapse and revival of American community*. New York: Simon & Schuster.
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold: samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (3. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Schwarzer, R. (14.02.2012). General Self-Efficacy Scale (GSE). Hentet fra <http://userpage.fu-berlin.de/health/selfscal.htm>
- Schwarzer, R., Bäßler, J., Kwiatek, P., Schröder, K. & Zhang, J. X. (1997). The Assessment of Optimistic Self-beliefs: Comparison of the German, Spanish, and Chinese Versions of the General Self-efficacy Scale. *Applied Psychology*, 46(1), 69-88. doi: 10.1111/j.1464-0597.1997.tb01096.x
- Shochet, I. M., Dadds, M. R., Ham, D. & Montague, R. (2006). School Connectedness is an Underemphasized Parameter in Adolescent Mental Health: Results of a Community Prediction Study. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 35(2), 170-179. doi: 10.1207/s15374424jccp3502\_1
- Simpkins, S. D. (2015). When and How Does Participating in an Organized After- School Activity Matter? *Appl. Dev. Sci.*, 19(3), 121-126. doi: 10.1080/10888691.2015.1056344
- Skog, O.-J. (2004). *Å forklare sosiale fenomener : en regresjonsbasert tilnærming* (2. [rev. og utvidet] utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.

- Sletten, M. A. (2013). Betydningen av å lykkes sosialt i ungdomstiden - er dårlige venner bedre enn ingen venner? I T. Hammer & C. Hyggen (Red.), *Ung voksen og utenfor. Mestring og marginalitet på vei til voksenlivet*. (s. 129-149). Oslo: Gyldendal Akademiske.
- Sletten, M. A. & Bakken, A. (2016). *Psykiske helseplager blant ungdom - tidstrender og samfunnsmessige forklaringer* (NOVA Rapport 4/2016). Oslo: NOVA.
- Suldo, S. M. & Huebner, E. S. (2004). The Role of Life Satisfaction in the Relationship between Authoritative Parenting Dimensions and Adolescent Problem Behavior. *Social Indicators Research*, 66, 165-195. doi: 10.1023/B:SOCI.00000007498.62080.1e
- Tormod, Ø. & Viggo, V. (2014). Generasjonskløfta som forsvant. Et ungdomsbilde i endring. *Tidsskrift for Ungdomsforskning*, 14(1), 99-133.
- Ungdata. (05.07.2016). Personvern. Hentet fra <http://www.ungdata.no/Om-undersokelsen/Personvern>
- Ungdata. (10.08.2016). Hva er Ungdata? Hentet fra <http://www.ungdata.no/Om-undersokelsen/Hva-er-Ungdata>
- Ungdata. (2017a). *Ungdomsskoleelever i Asker kommune*. Hentet fra <http://www.ungdata.no/Fylker-og-kommuner/Akershus/Asker>
- Ungdata. (2017b). *Ungdomsskoleelever i Bærum kommune*. Hentet fra <http://www.ungdata.no/Fylker-og-kommuner/Akershus/Baerum>
- Ungdata. (2017c). *Videregående elever i Asker kommune*. Hentet fra <http://www.ungdata.no/Fylker-og-kommuner/Akershus/Asker>
- Ungdata. (2017d). *Videregående elever i Bærum kommune*. Hentet fra <http://www.ungdata.no/Fylker-og-kommuner/Akershus/Baerum>
- Universitetet i Bergen. (2016). *Helse og trivsel blant barn og unge. Resultater fra den landsrepresentative spørreundersøkelsen «Helsevaner blant skoleelever. En WHO-undersøkelse i flere land»* (HEMIL-rapport 1/2016.). Hentet fra <http://filer.uib.no/psyfa/HEMIL-senteret/HEVAS/HEMIL-rapport2016.pdf>
- Von Rueden, U., Gosch, A., Rajmil, L., Bisegger, C. & Ravens-Sieberer, U. (2006). Socioeconomic determinants of health related quality of life in childhood and adolescence: results from a European study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(2), 130-135. doi: 10.1136/jech.2005.039792
- World Health Organization. (2013). *Mental health action plan 2013-2020*. Hentet fra [http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021\\_eng.pdf;jsessionid=00B6C218EB20CE7E5293B1E8C988D1FC?sequence=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021_eng.pdf;jsessionid=00B6C218EB20CE7E5293B1E8C988D1FC?sequence=1)

World Health Organization. (2015). *The European Mental Health Action Plan 2013-2020*.

Hentet fra [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0020/280604/WHO-Europe-Mental-Health-Action-Plan-2013-2020.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0020/280604/WHO-Europe-Mental-Health-Action-Plan-2013-2020.pdf?ua=1)

World Health Organization. (2018). Constitution of WHO: principles. Hentet fra

<http://www.who.int/about/mission/en/>

Zachariae, B. (2008). Fællesskab og sundhed: Sociale relationers betydning for helbredet. I A.

Myszak & S. Nørby (Red.), *Positiv Psykologi - en introduktion til videnskaben om velvære og optimale processer* (s. 180-211). København: Hans Reitzels Forlag.

Zhou, Z. (2014). Positive psychological capital: A new approach to social support and subjective well-being. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 42(1), 135-144. doi: 10.2224/sbp.2014.42.1.135

## Bilag 1: Tabeller

Forudsætning for regressionsanalyse:

Tabel 1

Model		Coefficients <sup>a</sup>								
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95,0% Confidence Interval for B		Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound	Tolerance	VIF
	(Constant)	0,468	0,054		8,623	0	0,361	0,574		
	relation_forældre	0,304	0,012	0,231	26,336	0	0,282	0,327	0,836	1,196
	relation_venner	0,2	0,015	0,119	13,484	0	0,171	0,229	0,826	1,211
	relation_skole	0,337	0,012	0,253	27,244	0	0,313	0,361	0,748	1,336
	dummy_Idræt	0,078	0,011	0,06	6,912	0	0,056	0,101	0,865	1,156
1	dummy_anden_aktivitet	0,011	0,011	0,008	0,995	0,32	-0,01	0,031	0,963	1,039
	mestring	0,323	0,01	0,276	31,185	0	0,303	0,344	0,823	1,216
	Er du gutt eller jente?	-0,234	0,011	-0,181	-21,672	0	-0,256	-0,213	0,928	1,078
	Hvilket klassetrinn går du i?	-0,036	0,003	-0,091	-10,398	0	-0,042	-0,029	0,849	1,177
	søs	-0,002	0,01	-0,002	-0,197	0,844	-0,022	0,018	0,999	1,001

a. Dependent Variable: tilfredshed\_livet

Faktoranalyse:

Tabel 2

	N	Min	Max	Gn.snit	Skewness (SE)		Kurtosis (SE)	
Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er	10293	1	4	3,19	-0,735	(-0,024)	0,247	-0,048
Jeg er ofte skuffet over meg selv	10218	1	4	2,87	-0,402	-0,024	-0,53	-0,048
Jeg liker meg selv slik jeg er	10235	1	4	3,15	-0,657	-0,024	-0,122	-0,048
Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det	10228	1	4	3,18	-0,762	-0,024	-0,014	-0,048
Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt	10151	1	4	2,86	-0,423	-0,024	-0,695	-0,049
Valid N (listwise)	9982							

\*p < 0,05; \*\*p < 0,01; \*\*\*p < 0,001

Tabel 3

	Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er	Jeg er ofte skuffet over meg selv	Jeg liker meg selv slik jeg er	Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det	Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt
Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er	1				
Jeg er ofte skuffet over meg selv	0,505***	1			
Jeg liker meg selv slik jeg er	0,761***	0,506***	1		
Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det	0,626***	0,461***	0,629***	1	
Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt	0,446***	0,335***	0,447***	0,486***	1

Tabel 4

**KMO and Bartlett's Test**

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		0,836
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	21519,98
	df	10
	Sig.	0

Tabel 5

**Total Variance Explained**

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	3,11	62,195	62,195	2,695	53,905	53,905
2	0,68	13,598	75,792			
3	0,569	11,382	87,174			
4	0,402	8,043	95,217			
5	0,239	4,783	100			

Extraction Method: Principal Axis Factoring.



Tabel 6

## Reproduced Correlations

		Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er	Jeg er ofte skuffet over meg selv	Jeg liker meg selv slik jeg er	Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det	Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt
Reproduced Correlation	Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er	,719a	0,507	0,722	0,648	0,473
	Jeg er ofte skuffet over meg selv	0,507	,358a	0,509	0,457	0,334
	Jeg liker meg selv slik jeg er	0,722	0,509	,724a	0,65	0,475
	Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det	0,648	0,457	0,65	,583a	0,426
	Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt	0,473	0,334	0,475	0,426	,311a
Residualb	Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er		-0,002	0,039	-0,022	-0,027
	Jeg er ofte skuffet over meg selv	-0,002		-0,003	0,004	0,001
	Jeg liker meg selv slik jeg er	0,039	-0,003		-0,02	-0,027
	Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det	-0,022	0,004	-0,02		0,059
	Jeg opplever at det jeg driver med i livet er meningsfullt	-0,027	0,001	-0,027	0,059	

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

a Reproduced communalities

b Residuals are computed between observed and reproduced correlations. There are 1 (10,0%) nonredundant residuals with absolute values greater than 0.05.

Tabel 7

Factor Score Covariance Matrix	
Factor	1
1	,882
Extraction Method: Principal Axis Factoring.	
Factor Scores Method: Regression.	